Correio dos Açores



www.correiodosacores.pt

Sexta-Feira, 20 de Setembro de 2024 ● Director: Américo Natalino Viveiros - Director-Adjunto: Santos Narciso ● Diário fundado em 1920 por José Bruno Carreiro e Francisco Luís Tavares ● Ano 105 n.º 33435 ● Preço: 1 Euro

Enólogo João Letras afirma que a recuperação das vinhas nas baías de Santa Maria resultou em três vinhos certificados IG Açores

Preservação do património vitivinícola mariense "é fulcral para a produção de vinho na ilha", afirma Rui Andrade



pág.s 2 e 3

Homem de 29 anos preso pela segunda vez por agredir a mãe na freguesia da Matriz da Ribeira Grande e roubar os bens da família

Pág. 13



"Quero que as pessoas venham jantar em casa com os amigos, mas fora de casa", afirma Nuno Silva da Taberna da Boavista

Pág.s 4 e 5

Miguel Bolarinho diz que remenda redes por gosto e quando pode, para que a arte tradicional não se perca"

Pág. 8



Enólogo João Letras afirma que a recuperação das vinhas nas baías de Santa Maria resultou em três vinhos certificados de qualidade IG Açores

"Toda a uva que escapou apresentou grande qualidade organolética e seguramente é possível afirmar que 2024 dará origem a vinhos com qualidade muito elevada" – afirma.

Correio dos Açores – Pode explicar o "Projecto de Valorização da Paisagem Vitivinícola de Santa Maria"?

João Letras (Enólogo da Cooperativa Agromariensecoop) - O projecto em questão (PVPVSM) emergiu em 2018, e tinha como objetivo a recuperação e classificação das paisagens vinhateiras (a grande maioria estava ao abandono) de Santa Maria, com maior foco nas baías de São Lourenço e Maia, uma vez que são estas que albergam as maiores áreas de vinha. Contudo, estendia-se a todas as baías da Ilha.

Através do Projecto de Valorização da Paisagem Vitivinícola de Santa Maria, nasceu em Dezembro de 2021 o "Santa Maria Wine Lab", um projeto colaborativo de I&D (Investigação e Desenvolvimento) em contexto empresarial com foco na recuperação e profissionalização do setor vitivinícola na ilha de Santa Maria.

Foi promovido pela Cooperativa de Produtores Agropecuários da ilha de Santa Maria (Agromariensecoop, CRL.), co-promovido pelo Laboratório Regional de Enologia (LRE). O mesmo foi desenvolvido em parceria com a Comissão Vitivinícola Regional dos Açores (CVR Açores), o Município de Vila do Porto e a Sustain Azores.

Este projeto de microvinificação experimental teve a duração de dois anos, com início em Janeiro de 2022 e término a 31 de Dezembro de 2023. Os principais objetivos foram a produção de 5.000 litros de vinho por vindima e a obtenção de, pelo menos, um vinho apto a certificação "IG Açores".

Este foi um projecto de sucesso, não só em termos de aquisição de conhecimentos por parte dos viticultores envolvidos, mas também pelos conhecimentos adquiridos sobre o "terroir" por todos, o que num futuro a médio e longo prazo vai permitir cimentar e desenvolver o sector.

Além disso, foram produzidos, não um mas três vinhos aptos a certificação: um Branco 100% Verdelho, um Branco de Uvas Tintas e um Rosé. Após a certificação dos mesmos pela CVR Açores, foram comercializados com a marca "Céptico".

"2024 dará origem a vinhos com qualidade muito elevada"

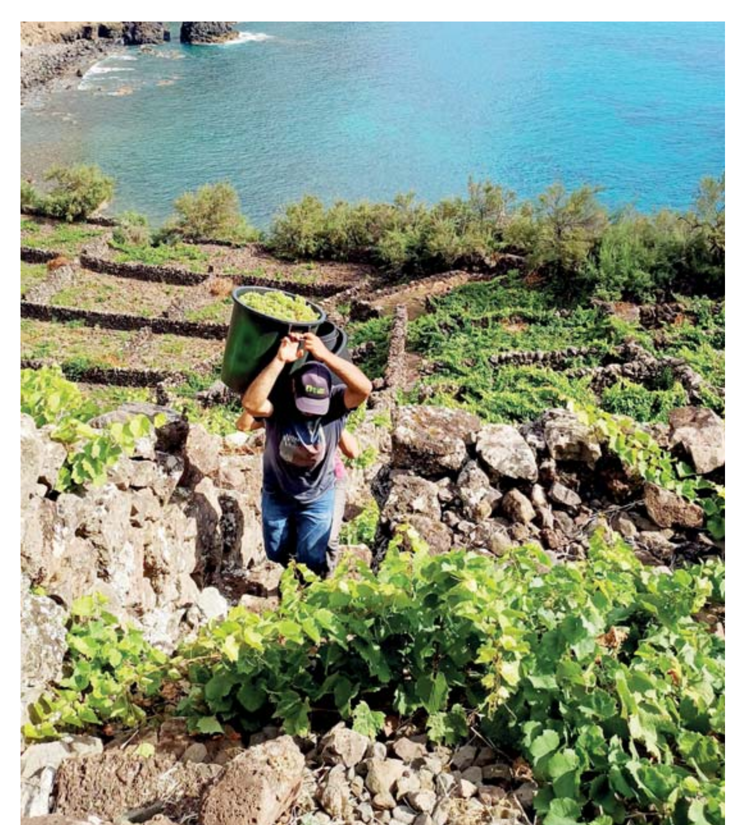
Na sua ótica, estes projetos têm tido o apoio suficiente para o seu desenvolvimento?

Em matéria de vitivinicultura, no caso particular de Santa Maria, os projetos têm tido os apoios necessários para poderem sair do papel e serem executados. O programa VITIS também tem sido fulcral para a recuperação das vinhas. Sem o mesmo, tinha sido praticamente impossível recuperar as mesmas.

Além disso, os apoios públicos de manutenção das paisagens vinhateiras e de produção são vitais para o sector devido à elevada necessidade de horas de trabalho, o que se traduz em custos muito elevados para os produtores.

Contudo, a viticultura em Santa Maria, é 100% heroica, visto as vinhas terem um declive extremamente acentuado, uma vez que estão localizadas em fajãs. Além disso, a arquitetura das mesmas não permite a passagem de carros/carrinhas pelo meio das mesmas, tal como acontece no Pico, por exemplo.

Penso que, por isso, os apoios públicos deveriam ter um critério de bonificação extra, que contemplasse o grau de dificuldade de trabalho.



Segundo João Letras, o facto de todo o trabalho na vinha e apanha da uva em Santa Maria se fazer em sucalcos deveria resultar numa majoração dos apoios à vitivinicultura

Quantos produtores locais de vinho existem, neste momento, na ilha?

Actualmente, o único produtor de vinhos em Santa Maria é a Agromariensecoop. A cooperativa funciona como uma organização de produtores, a qual recebe e concentra as uvas produzidas na ilha. Caso isso não acontecesse, seria impossível a certificação de vinhos, uma vez que cada viticultor produz, em média, quantidades de uva muito baixas. No entanto, este projeto tem agregados cerca de 30 viticultores.

Que balanço faz do presente ano e quais são as perspetivas para os próximos tempos?

Em 2024, Santa Maria reuniu todas as condições para uma produtividade elevada, em particular nas castas brancas. Foi um ano quente e com uma precipitação abaixo do normal, o que permitiu uma boa floração e uma boa maturação dos cachos. Infelizmente, a grande parte da produção foi devastada pelas pragas, em particular a lagartixa-da-madeira, mas também o pombo-das-rochas e o melro-preto, que deram origem a perdas na ordem dos 70% a 80% da produção.

Porém, toda a uva que escapou apresentou grande qualidade organolética, e seguramente é possível afirmar que 2024 dará origem a vinhos com qualidade muito elevada.



Enólogo João Letras empenhado em aumentar produção de vinho em Santa Maria

"Em 2024, Santa Maria reuniu todas as condições para uma produtividade elevada, em particular nas castas brancas. Foi um ano quente e com uma precipitação abaixo do normal, o que permitiu uma boa floração e uma boa maturação dos cachos. Infelizmente, a grande parte da produção foi devastada..."

José Henrique Andrade



Apanha de uvas nos sucalcos da Maia, em Santa Maria

Preservação do património vitivinícola mariense "é fulcral para a produção de vinho na ilha", afirma Rui Andrade

Correio dos Açores - Pode contar um pouco sobre a história da vitivinicultura na ilha de Santa Maria?

Rui Andrade (viticultor e investigador) - A atividade vitivinícola na ilha de Santa Maria terá começado, desde logo, com o povoamento da ilha no século XV. Em primeiro lugar porque nessa altura o consumo de vinho estava já bastante enraizado na cultura portuguesa sendo, por isso, um produto importante para a vivência da ilha. Mas, sobretudo, por ser uma mais-valia na intenção de se fazer cumprir a missão da ilha como plataforma de abastecimento dos navios que por aqui passavam.

O vinho serviria, assim, para abastecimento local, para venda, e mesmo como moeda de troca com outros produtos que faziam falta na ilha. Percebe-se a importância desta actividade, exatamente pela área de plantação de vinha, que passado século e meio depois do povoamento, sabemos que era já a mesma que conhecemos nos dias de hoje, ou seja, toda a encosta da ilha, à exceção da costa Oeste.

Existem, inclusivamente, por toda a ilha, lagares do tipo rupestre, únicos nos Açores, que demonstram precisamente a antiguidade e a importância desse sector na ilha e no arquipélago. Ao falar de viticultura em Santa Maria, falamos de vinhedos plantados em socalcos sobre a encosta, com uma inclinação, por vezes, superior a 45º e que atribuem à paisagem uma beleza singular. Com os terrenos mais férteis e mais planos foram reservados para o trigo, as encostas ficariam destinadas aos vinhedos. Um tipo de viticultura peculiar, realizada em condições extremas, à qual a Organização Mundial da Vinha e do Vinho definiu como Viticultura Heroica.

A atividade vitivinícola manteve-se até meados do século XX, embora tenha passado por diversas fases. A mais recente foi a fase do chamado "Vinho de Cheiro", feito a partir de uma casta americana que veio substituir as castas europeias pré-existentes, e que tinham sido dizimadas pela filoxera no século XIX.



Enólogo João Letras empenhado em aumentar produção de vinho em Santa Maria

A atividade acabaria por ir decaindo, sobretudo nos últimos cinquenta anos. Vários foram os motivos: Falta de mecanização, emigração em massa para os EUA e Canadá, e uma economia local que acabaria por derivar para o sector terciário dada a importância do seu aeroporto internacional.

Olhar para trás para pensar no futuro. Podemos dizer que o seu trabalho de pesquisa e a sua paixão pelo tema é essencial para entender este processo de recuperação das vinhas?

Da minha parte, sendo licenciado em História e tendo um gosto particular pela história da minha ilha, para além de ser também um pequeno viticultor, tenho-me dedicado um pouco a descobrir mais sobre as nossas vinhas, que são tão peculiares e um património riquíssimo para Santa Maria. Não tenho nada publicado, apenas tenho colectado alguns documentos e informações que me têm ajudado a compreender melhor todo aquele património. Tenho um blog denominado de "Poça das Pipas" onde vou apelando à preservação do património vitivinícola mariense e, simultaneamente, vou colaborando com todo o projeto de valorização das paisagens vinhateiras de Santa Maria. Acho que todos nós devemos dar o nosso contributo e este é o meu.

Pode fazer um balanço de actividades realizadas na ilha no âmbito da vitivinicultura? Que balanço faz das vindimas do presente ano?

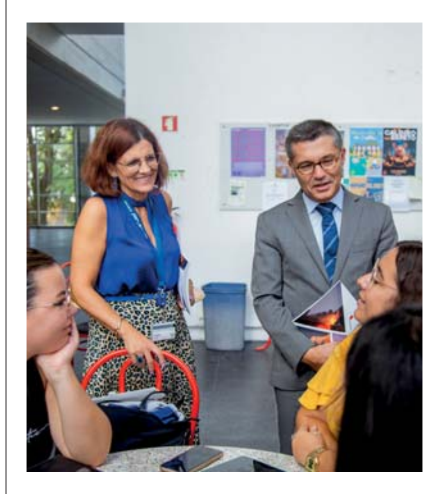
Este ano foi um bom ano em termos climatéricos para a vinha. No entanto, não houve muita quantidade, sobretudo nas castas tintas. Ou seja, a uva era de qualidade, mas em pouca quantidade. Para além disso, não foi um bom ano para a viticultura porque foi muito afectada pelas pragas. E isso não aconteceu apenas em Santa Maria, foi em toda a Região. Há outros problemas que também nos afectam, como é o caso da falta de mão-de-obra, mas o caminho faz-se caminhando e para cada problema iremos arranjar uma solução até chegarmos a bom porto.

Relativamente a outras atividades que têm decorrido no âmbito deste projeto de valorização das baias, nos últimos anos, tem havido formação de viticultores por parte dos Serviços de Desenvolvimento Agrário de Santa Maria e da Associação Agrícola de Santa Maria; têm-se realizado algumas conferências sobre viticultura e, particularmente, sobre viticultura heroica.

A Associação Agrícola de Santa Maria organizou este ano uma deslocação de viticultores para que estes conhecessem realidades semelhantes, como é o caso de Ribeira Sacra, na Galiza; e foi criada pela Agromariensecoop uma adega, que embora de caráter provisório, está a funcionar na Incuba+, o que veio trazer melhores condições para a elaboração dos nossos vinhos

JHA

Presidente da Assembleia Legislativa considera Universidade dos Açores como "pilar determinante do desenvolvimento regional"



O Presidente da Assembleia Legislativa da Região Autónoma dos Açores (ALRAA), Luís Garcia, considerou que a Universidade dos Açores "é um pilar determinante do desenvolvimento da nossa Região", reforçando que "esta instituição desempenha um papel fundamental na valorização do conhecimento e na contínua afirmação da nossa Autonomia".

"Uma Autonomia estável e sustentável requer uma universidade forte, sólida e comprometida com o desenvolvimento", afirmou o Presidente da Assembleia numa visita ao Campus de Ponta Delgada da Universidade dos Açores, realizada ontem de manhã, onde sublinhou que "temos o dever de dotar e capacitar esta instituição dos meios técnicos, financeiros e humanos necessários para que possa desenvolver eficazmente a sua missão".

Na ocasião, o Presidente do Parlamento açoriano lembrou que "a Universidade dos Açores tem um papel decisivo não só na qualificação dos nossos jovens, mas sobretudo na sua fixação na Região", referindo-se particularmente ao desafio da captação e retenção da juventude açoriana no arquipélago.

"Com 91,6% das vagas ocupadas, fica claro que há uma crescente confiança dos jovens açorianos, bem como de Portugal Continental e da Madeira na nossa universidade, o que bem reflete o seu papel determinante na formação qualificada e na criação de oportunidades que incentivam a fixação de talento na Região", afirmou o Presidente da Assembleia.

Durante a visita, onde teve a oportunidade de conhecer os vários centros de investigação da Universidade dos Açores, nomeadamente o Centro de Biotecnologia dos Açores, o Presidente Luís Garcia registou com agrado a estreita colaboração que existe entre estes centros, empresas e entidades regionais, destacando que "esta ligação ao tecido empresarial é fundamental para garantir que o conhecimento produzido na Universidade tem impacto direto na nossa sociedade e economia".

"Quero que as pessoas venham jantar em casa com os amigos, mas fora de casa", afirma Nuno Silva da Taberna da Boavista

Este restaurante, localizado na Rua da Boa Vista, no centro de Ponta Delgada, faz parte do hostel Out of the Blue e, desde Maio de 2022, oferece um ambiente descontraído e multicultural que combina os típicos petiscos portugueses com comidas do mundo. Nesta entrevista, Nuno Silva, o gerente da Taberna da Boavista, faz um balanço dos últimos anos e afirma que este restaurante, que começou com o "passa a palavra", tem tido um crescimento considerável que leva tanto os locais como os turistas a regressar. Com o fim da época alta, diz-nos que este ano percebeu que "não há restauração suficiente para a quantidade de turistas que tivemos durante o Verão."

Correio dos Açores - Como surgiu a Taberna na Boavista? Qual a sua história?

Nuno Silva (gerente da Taberna na Boavista) - A ideia para a Taberna na Boavista surgiu de um sonho antigo que foi possível concretizar em Maio de 2022. Embora tenha nascido em São Miguel, fui para o continente com sete anos e voltei há doze anos. Na altura, trabalhava como assistente de bordo na SATA, mas a vida deu as suas voltas e comecei a trabalhar num restaurante, onde conheci o dono deste espaço. Mais tarde, fui convidado a vir para o hostel, e inicialmente fiquei responsável pelos pequenos-almoços.

O hostel já estava em funcionamento há seis anos, e o espaço actual do restaurante estava inutilizado no edifício. Achámos que seria uma boa ideia aproveitar esse espaço e trazer algo novo.

Que tipo de cozinha oferecem e como descreve o ambiente da Taberna na Boavista?

O conceito parte um bocadinho pelos petiscos, mas com influências do mundo. Este projecto nasceu da dinâmica do hostel, onde sempre houve uma partilha de culturas e conhecimentos. Assim, para nós não fazia sentido abrir um restaurante apenas com comida portuguesa e quisemos trazer um pouco da experiência que ganhamos no hostel ao longo dos anos.

A nossa cozinha tem influências de várias partes do mundo e reflecte aquilo que a nossa equipa gosta de experimentar e comer. O menu é muito dinâmico por termos influência de várias partes do mundo - muitas vezes alguém sugere com uma ideia de algo que gostava de experimentar, e há sempre abertura para tal.

O ambiente que procuramos criar é o mais descontraído possível. Costumo dizer que quero que as pessoas venham cá jantar em casa com os amigos, mas fora de casa. Esse é o tipo de ambiente que tentamos proporcionar todos os dias, embora, claro, uns dias com mais sucesso do que outros.

Quais são os pratos mais populares?

Temos uma ementa pequena que vai variando. Alguns pratos que eram os favoritos já saíram da carta, mas podem voltar eventualmente. Outros mantêm-se desde o início, como as 'batatas bravas', por exemplo. Durante bastante tempo tivemos os 'peixinhos da horta', mas devido a questões de logística e à escassez de produto de boa qualidade, tivemos que interromper a sua confecção, especialmente no Verão. Como nós primamos pela qualidade, se não encontrarmos o produto com o nível que pretendemos, preferimos não o utilizar.

Entre os mais populares, destacam-se o 'polvo frito' e a 'vazia com chimichurri'. Mas de modo geral todos os pratos têm um bom feedback.



Nuno Silva: "Este projecto nasceu da dinâmica do hostel, onde sempre houve uma partilha de culturas e conhecimentos."



Qual é o perfil dos vossos clientes? Tem mais turistas ou locais?

O perfil dos nossos clientes varia conforme a época do ano. No início, o nosso público principal eram os hóspedes do hostel, pois quando começámos, a equipa era muito reduzida — éramos apenas sete e funcionávamos seis dias por semana, agora somos 12 e trabalhamos sete dias. Inicialmente, não fizemos muita publicidade porque a nossa intenção era crescer através do 'boca a boca'. Ou seja, queríamos avançar devagar para que a equipa se fosse ambientando e pudesse acompanhar o crescimento do negócio.

E qual é a recepção dos locais?

Temos uma boa carteira de clientes locais e o feedback tem sido sempre incrível. Nós não acreditamos que se deve tratar melhor uns em detrimento dos outros, seja em que sentido for. Portanto, tentamos prestar o mesmo tipo de serviço a toda a gente e penso que os locais que nos visitam sentem isso. E também é por isso que o feedback tem sido bom. No início, as pessoas sentiam alguma confusão em relação às mesas comunitárias, mas hoje em dia o conceito é bem aceite e apreciado.

Porque decidiram manter as mesas comunitárias no restaurante?

A mesa comunitária existe desde praticamente o início do hostel, onde sempre houve um forte sentido de comunidade. Inicialmente, trabalhávamos com muitos turistas, pessoas que viajavam para uma ilha que não conheciam. Ao pequeno-almoço, por exemplo, as pessoas partilhavam experiências sobre os lugares que tinham visitado ou sobre onde ainda não tinham ido; e, por vezes, havia situações em que pessoas sem carro acabavam por se juntar a outras. Isso é algo que sempre gostámos de ver e apreciámos no hostel. Então, por que não manter a mesma cultura e conceito no restaurante?

Quais foram os momentos mais gratificantes que viveu com a Taberna na Boavista?

É sempre gratificante para nós ver turistas que regressam à ilha e repetem a visita ao nosso restaurante, especialmente porque o espaço é relativamente pequeno. Para mim, é óptimo ver que os locais também começam a compreender o facto de não aceitarmos reservas e que, apesar disso, fazemos sempre o possível para acomodar toda a gente. Às vezes, é preciso esperar um pouco, mas no final a experiência compensa a espera.

A sazonalidade do turismo tem sido um desafio para o restaurante?

Penso que a questão da sazonalidade é um pouco mais complicada para os alojamentos do que para a restauração. Este ano, percebi que não há restauração suficiente para a quantidade de turistas que tivemos durante a época de Verão. No entanto, a época baixa também tem algum impacto para nós.

No entanto, acredito que a sazonalidade está já não é tão predominante; ou seja, a época baixa está cada vez mais curta e penso que este Inverno será melhor do que em outros anos.

Sentiu que esta época de Verão foi melhor em relação a outros anos?

Sim, mas só consigo falar do ponto de vista de um negócio recente e em crescimento. Desde que abrimos, temos vindo a crescer, em grande parte devido à estratégia que adoptámos: não divulgámos muito no início e preferimos esperar pelo "passa a palavra" — primeiro com os nossos amigos e depois com os amigos dos amigos. Ainda hoje, há locais que vêm pela primeira vez, alguns que nunca tinham ouvido falar do restaurante e outros que já ouviam falar, mas que nunca tinham experimentado. Neste sentido, notamos um crescimento considerável em relação a outros estabelecimentos na ilha.

Como referi, senti que este ano houve uma


"É gratificante ver turistas que regressam à ilha e repetem a visita ao nosso restaurante"


Cachaço de porco da Taberna da Boavista

restauração em Ponta Delgada?

Há muita coisa a melhorar no sector da restauração, mas, acima de tudo, o atendimento. Como todos sabem, a mão-de-obra é uma questão complicada na região. Sente-se uma dificuldade cada vez maior em contratar pessoas que queiram aprender e evoluir. Por exemplo, um dos nossos colaboradores vem de um ramo completamente diferente, mas veio com vontade e ambição e hoje em dia faz de tudo, apesar de não ter experiência em restauração. Por outro lado, vemos que as pessoas que saem das escolas para esta área muitas vezes não têm interesse em manter-se nela. Não percebo por que escolhem formar-se nesta área se não têm interesse em trabalhar na restauração…

Ainda em relação à questão do atendimento, acho que as pessoas deveriam sair mais e comer fora com maior frequência, pois quem trabalha nesta área, ao perceber o que não gosta quando está do lado do cliente, evita cometer os mesmos erros.

É preciso que as pessoas tenham vontade e gostem do que fazem. Eu gosto muito desta área, sinto-me muito bem a trabalhar, e por isso é fácil incutir um pouco disso na minha equipa, tanto na cozinha como na sala. Também é isso que falta por parte dos empresários: despertar a vontade e o gosto pela área; fazer com que as pessoas se sintam bem a trabalhar. Para isso, também é preciso dar um pouco de nós.

O que distingue a sua abordagem em relação à equipa?

Dentro do que é aceitável, somos todos uma família e existe um grande espírito de entreajuda. Apesar de sermos poucos, estamos a fazer um bom trabalho e o projecto está a crescer. Neste sentido, também tento transmitir aos meus funcionários que o crescimento do negócio é também o crescimento deles. Tivemos pessoas que trabalharam connosco e saíram com a certeza de que estavam aptas e que teria lugar em qualquer lado. Isso é positivo tanto para nós quanto para eles, e quando isso acontece, a equipa acaba por dar mais de si.

De modo geral, que balanço faz destes três anos de existência do restaurante?

O balanço tem sido muito positivo. O feedback dos nossos clientes tem sido incrível, tanto por parte de turistas como de locais. Num mundo que pode ser bastante frenético, existem sempre algumas situações difíceis de contornar, mas, de modo geral, não poderíamos estar mais satisfeitos.

Quais são os vossos planos para o futuro da Taberna na Boavista? Já têm algum evento para breve?

Por enquanto, ainda não temos nada programado. Acabamos de sair da época de Verão, e o nosso funcionamento durante o Inverno poderá mudar um pouco. Possivelmente teremos uma carta mais curta e a introdução de alguns pratos diferentes, semana sim, semana não. No passado, já fizemos, por exemplo, algumas provas de vinho, pois a época baixa dá-nos um pouco mais de margem para isso. Eventualmente, faremos alguma actividade desse tipo, mas será anunciada previamente.

Daniela Canha

destaques IMOBILIÁRIAS





DESTAQUES IMOBILIÁRIAS

PUB

ERA IMOBILIÁRIA



PONTA DELGADA (SÃO JOSÉ) - PDL
3 | WC 2 | 1 | M2 127 | M2 -
APARTAMENTO / REF. 093240477 €1.400/MÊS



SÃO VICENTE FERREIRA - PDL
3 | WC 2 | 5 | M2 208 | M2 676
MORADIA / REF. 093240437 €370.000



FETEIRAS - PDL
2 | WC 1 | N/D | M2 70 | M2 162
MORADIA / REF. 093240424 €145.000



PICO DA PEDRA - RBG
3 | WC 2 | N/D | M2 260 | M2 325
MORADIA / REF. 093230486 €330.000

ERA PONTA DELGADA
pontadelgada@era.pt | era.pt/pontadelgada
296 650 240

ERA PORTAS DA CIDADE
portasdacidade@era.pt | era.pt/portasdacidade
296 247 100

ERA RIBEIRA GRANDE
ribeiragrande@era.pt | era.pt/ribeiragrande
296 096 096

Açorbase, SMI, Lda. AMI 5179. Cada Agência é jurídica e financeiramente independente.

PUB

REDE IMOBILIÁRIA UNU DOMUS



UNU.I.1292.18624
Moradia benfeitoria, na freguesia de Santo António (PDL) com vista mar - 36 m²
VENDA: **75.000€**



UNU.I.1289.18624
Apartamento T2, Ponta Delgada (Paim) – 117 m²
VENDA: **310.000€**



UNU.I.1288.18624
Moradia V4, São Roque – 108 m²
VENDA: **229.000€**



UNU.I.1287.18624
Moradia V3, em fase de Construção, Rosto do Cão, Livramento – 161m²
VENDA: **687.000€**





UNU.I.1277.18624
Apartamento T2, Conceição, Ribeira Grande – 102 m²
VENDA: **250.000€**

ATLANTIMPOTENTE MED. IMOB. LDA. | AMI Nº 18624

R. DR HUGO MOREIRA, 14
PONTA DELGADA
TEL.: 296 248 199
EMAIL: DOMUS@UNU.PT
WWW.UNU.PT

PUB





São Brás. Moradia T4 a necessitar de obras totais.
84 720€



Moradia T3 e Armazém situados em terreno com 1665m2
109 740€



Terreno Rústico com 3830 m2
Paim
450 000€



Moradia T3 com Quintal
Fajã de Baixo
286 320€



Residencial + 2 Apartamentos T2
Ribeira Grande
995 890€



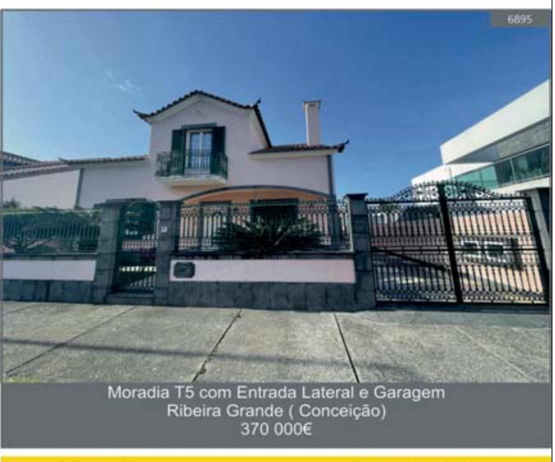
São Pedro. Terreno para Construção de Moradia
109 900€



Empreendimento Turístico.
Vila Franca do Campo
980 000€



Ponta Garça. Moradia T2 com Espaço Comercial
79 000€



Moradia T5 com Entrada Lateral e Garagem
Ribeira Grande (Conceição)
370 000€

www.habimax.pt
Rua Dr. José Bruno Tavares Carreiro nº8
9500-119 Ponta Delgada
(+351) 296 288 900
pdelgada@habimax.pt
Lic. AMI 5933

PUB



PUB



Emitidos primeiros cinquenta “Cheques-Livro” de 100 euros para jovens açorianos no jardim Antero Quental



Maria João Carreiro, Secretária Regional da Juventude, Habitação e Emprego

Os primeiros 50 “Cheques-Livro”, no âmbito do pacote “+Jovem”, foram ontem emitidos pela Secretaria Regional da Juventude, Habitação e Emprego, através da Direcção Regional da Juventude, anunciou ontem Maria João Carreiro.

Segundo a Secretária Regional da Juventude, Habitação e Emprego, desde que arrancou o período de candidaturas, a 2 de Setembro, já foram apresentadas 227 candidaturas, o que representa um “sinal inequívoco de que esta medida interessa aos jovens açorianos”.

A titular da pasta da Juventude falava no Jardim Antero Quental, em Ponta Delgada, no “Encontro das Letras e Jovens no Jardim”, durante o qual foi feita a entrega simbólica do “Cheque-Livro” a uma dezena de jovens que já podem beneficiar de 100 euros para a aquisição de livros físicos.

“O ‘Cheque-Livro’ é uma medida inédita na Região, tal como é inédito o pacote ‘+Jovem’”, frisou, para explicar que o objectivo desta medida é “estimular os jovens para o reforço do seu portfólio de competências e conhecimentos”, através da leitura e dos livros, “para que possam entrar na vida activa e no mercado de trabalho com segurança e confiança”, afirmou.

Podem candidatar-se ao “Cheque-Livro” os jovens residentes nos Açores que apresentem a sua candidatura até 60 dias após atingirem a maioridade, ou seja, 18 anos.

As candidaturas decorrem em período aberto no Portal da Juventude em juventude.azores.gov.pt.

Os jovens que nasceram em 2006 e que tenham feito 18 anos de idade até 19 de Agosto, dia em que entrou em vigor o Regulamento desta nova medida, podem apresentar a sua candidatura também no Portal da Juventude até ao próximo dia 31 de Outubro.

O “Cheque-Livro” tem um carácter pessoal e intransmissível, tendo a validade de 1 ano.

O “Cheque-Livro”, em formato digital, é atribuído ao jovem e o montante do/s livro/s com ele adquirido/s é reembolsado pelo Governo dos Açores às livrarias, livreiros e estabelecimentos com actividade de venda de livros que adiram a esta medida através de protocolo de cooperação.

Na próxima semana, deverá ser publicada no Portal da Juventude a lista de livrarias, livreiros e estabelecimentos aderentes à medida e nos quais os jovens podem utilizar o “Cheque-Livro”.

Maria João Carreiro adiantou que já foram apresentadas cinco candidaturas de livrarias e livreiros que estão em fase de análise para validação.

“O sucesso do “Cheque-Livro” depende, em larga medida, da adesão das livrarias, pelo que desafio as livrarias, livreiros e estabelecimentos que ainda não se candidataram a apresentar uma candidatura, aumentando, assim, a oferta de livros aos jovens”, disse.

O “Encontro das Letras e Jovens no Jardim”, no qual participou o Director Regional da Juventude, Eládio Braga, decorreu durante todo o dia de ontem com actividades como oficina de escrita criativa ou conversas com jovens autores, além da mostra de propostas bibliográficas da responsabilidade da Letras Lavadas, das Edições Araucária e do livreiro Santos Barbosa.





Terceira reunião do Conselho Consultivo da Administração Pública

Duarte Freitas afirma que vai ser criado projecto-piloto da semana de quatro dias de trabalho em 2025

O Governo Regional vai implementar no próximo ano o projecto-piloto do teletrabalho e da semana de quatro dias de trabalho na Administração Pública Regional. Duarte Freitas, Secretário Regional das Finanças, Planeamento e Administração Pública, anunciou que o projecto-piloto vai arrancar só em alguns serviços e que já foi criado um grupo de trabalho.

“Vai desenhar até ao final deste ano o projecto-piloto de teletrabalho e da semana de quatro dias. No fundo, dá flexibilidade laboral para que ao longo de 2025 eles possam ser implementados para depois no final podermos tirar conclusões e afinar na medida do possível”, afirmou.

No âmbito da terceira reunião do Conselho Consultivo da Administração Pública, desde a sua reactivação, no Palácio da Conceição, em Ponta Delgada, Duarte Freitas disse que “estamos a cumprir, já em 2025, com os objectivos preconizados no Programa do XIV Governo Regional dos Açores, naquilo que é a conciliação da vida profissional com a vida pessoal e familiar”.

Foi também criado um grupo de trabalho para o estudo e planeamento do rejuvenescimento da Administração Pública Regional.

Segundo o Secretário, “dos 19.200 trabalhadores distribuídos entre a administração directa, indirecta e os três hospitais da Região, até 2030, 5.828 trabalhadores alcançarão ou ultrapassarão os 66 anos de idade, representando 30% do total de força de trabalho activa”.

De acordo com a nota de imprensa do Governo Regional, até 2030, cerca de 9.000 trabalhadores da Administração Pública terão 60 ou mais anos, correspondendo a 48% do total.

Para o Secretário Regional lembrou as suas palavras aquando da discussão do Plano e Orçamento para o ano de 2024. “A contenção da dimensão do funcionalismo publico tem de ser balanceada com a reposição dos trabalhadores para manter a qualidade e a continuidade dos serviços públicos. Mas este é um equilíbrio que não se consegue sem planeamento e estratégia.”

Por último, o Conselho Consultivo da Administração Pública Regional analisou a revisão do Sistema Integrado de Avaliação de Desempenho dos Trabalhadores da Administração Pública Regional – SIADAPRA.

Para o Governo dos Açores, esta sexta alteração ao Decreto Legislativo Regional é necessária de forma a garantir o alinhamento com outras medidas legislativa recentes, impulsionar a valorização das carreiras dos trabalhadores da Administração Pública no processo de avaliação em curso, relativo ao biénio de 2023/2024 e permitir a distribuição de menções de avaliação de acordo com o efectivo desempenho e mérito dos trabalhadores, favorecendo a valorização das suas carreiras. Com isto, pretende-se a anualização da avaliação dos trabalhadores, a redefinição das menções de avaliação e a manutenção da majoração dos dias de directo de férias.

O Conselho Consultivo é composto por representantes do Governo dos Açores, da Associação de Municípios da Região Autónoma dos Açores, da Associação Nacional de Freguesias, do Conselho Económico e Social dos Açores e sindicatos da Administração Pública.

Ainda “nem um cêntimo” da República para ajudar nos estragos do incêndio no HDES

O Secretário Regional das Finanças, Planeamento e Administração Pública, Duarte Freitas, afirma que os Açores ainda não receberam um “único cêntimo” da comparticipação do Estado para fazer face aos estragos com o incêndio no Hospital Divino Espírito Santo (HDES) e também dos 60 milhões para fazer face aos estragos do furacão Lorenzo.

Duarte Freitas disse ainda que a Região já pagou pelo menos cinco milhões de euros de despesas na sequência da tragédia no HDES.

O Executivo dos Açores está igualmente à espera que o grupo de trabalho criado pelo Governo da República reúna pela primeira vez para poder “reivindicar e exigir que o primeiro adiantamento possa vir”.

O Secretário Regional das Finanças realça que o atraso na transferência de verbas da República para a Região está também deixar as contas públicas regionais em “situação difícil”.

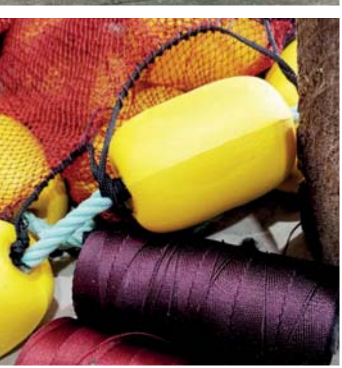
O impacto global do atraso da ajuda da República, a diminuição das verbas e a retenção do IRS para o Governo Regional é “perto de 100 milhões de euros”.

Miguel Bolarinho: "Remendo redes por gosto e quando posso, para que esta arte tradicional não se perca"

O nosso entrevistado, de 64 anos, está reformado da actividade da pesca









A maior parte dos pescadores aprende com os pais, avós ou tios. Miguel Bolarinho foi pescador e aprendeu a remendar redes de pesca com o pai. "Peguei nisso para não acabar a tradição há 40 anos", precisou.

O nosso entrevistado, de 64 anos de idade, está reformado da actividade da pesca, mas como também não gosta de estar sem fazer nada prepara redes de pesca.

"Esta é uma tradição que está a acabar, porque não tem ninguém que se interesse por fazer isto, aqui em Vila Franca do Campo. Pelo que sei, só existem mais dois pescadores que remendam redes. Um é de cá, de Vila Franca do Campo e o outro é de Água de Pau".

Unir redes e armá-las com bóias e chumbo

Miguel Bolarinho explicou à nossa reportagem, que "as redes chegam do continente e o que faz a seguir é uma conexão, quase como uma costura, para unir as redes, mas depois também tem armá-las com bóias e chumbo", técnica bastante utilizada para garantir que a rede fique na posição correcta na água.

Sucintamente, as bóias são usadas para manter a rede flutuando na superfície da água, enquanto os chumbos são usados para manter a rede submersa e esticada.

As redes capturam o isco, que pode ser chicharro ou sardinha, que depois servem para apresar albacoras ou bonitos.

Miguel Bolarinho diz que a arte tradicional de unir redes de pesca está a acabar. "Gosto de fazer isto, é um trabalho minucioso, mas infelizmente não há ninguém que se interesse por esta arte", volta a lamentar.

Pior ainda é se levarmos em consideração, que com o avanço das tecnologias e a introdução de novos materiais, muitas práticas tradicionais estão a ser substituídas por métodos mais modernos e eficientes. Além disso, há um esforço crescente para tornar a pesca mais sustentável e reduzir o impacto ambiental das redes de pesca.

Respeitar o mar

Os pescadores são unidos, e na Terçafeira, pescadores da Ribeira Quente foram a Vila Franca. Miguel Bolarinho disse, que "muitos pescadores vão ali buscar redes, que remenda, porque a qualidade das redes pode influenciar muito a produtividade e só são utilizadas as redes que estiverem em condições".

Miguel Bolarinho remenda redes apenas quando pode, porque não faz isso no dia-a-dia. "Faço isto por gosto e quando posso para que a arte tradicional não se perca e também para que os pescadores possam exercer a actividade em condições".

Quase todos os pescadores conhecem Miguel Bolarinho e o trabalho que faz, habitualmente da parte da manhã. "Estou reformado", insiste. "Depois da hora do almoço vou para casa, não faço vida disto, mas dou uma ajuda também para me distrair".



Miguel Bolarinho já não vai à pesca, mas reconhece que há reformados que continuam a ir à pesca para se distraírem, mas ele prefere remendar redes e armá-las com bóias e chumbo. "Já tive uma ligação profunda com o mar e a pesca, inclusivamente já tive barcos e a minha profissão foi sempre esta".

O mar tem uma beleza e uma força impressionantes. "É importante respeitar o mar e estar ciente dos seus riscos, especialmente durante tempestades".

Saiu da escola e foi logo para o mar

"Já tive barco, como já disse, mas depois juntei-me ao meu irmão na arte da pesca do atum, que é a arte que nós temos agora aqui, porque é mais rentável", acrescentou.

De referir, que o fio que Miguel Bolarinho utiliza para unir as redes de pesca é composto da mesma fibra das redes, que assim mantém a mesma consistência. "Depois de unidas e armadas com bóias e chumbo, quase que não se nota a diferença, é como um todo".

Miguel Bolarinho é natural da Freguesia de São Miguel, Vila Franca do Campo e toda a sua vida foi pescador. "Sai da escola e fui logo para o mar para ajudar lá em casa. Meu pai era pescador e comecei com ele, quando tinha 14 de idade e já são 50 anos de actividade, porque estava sempre com o meu pai e ele também remendava redes".

Miguel Bolarinho tem dois filhos, mas nenhum deles quis ser pescador. Lamenta, mas não desespera por isso, nem tão pouco pelos netos. "Eles quando vêm aqui seguram, um pouco, as redes, mas depois deixam-nas de lado e vão brincar".

Marco Sousa

Pub.


POUPE
esta SEMANA
De 19 a 25 set
SIGA-NOS EM
;)
DE QUINTA A QUARTA
ATÉ 35%
EM TODO O CAMARÃO A GRANEL
ATÉ 25%
EM TODO O BACALHAU SECO SALGADO
BACALHAU GRAÚDO DO PACÍFICO
14,99€/kg
12,49€ kg
OS MELHORES PREÇOS
6,99€ kg
PERNA DE PORCO
A granel
7,99€/kg
até 2 de outubro de 2024
vinhos e sabores de Portugal
+ DE 300 VINHOS DE QUALIDADE COMPROVADA A PREÇOS IMPERDÍVEIS
ESPECIAL DA SEMANA
a bolacha certa
para todos os momentos
1,59€ Emb.
BOLACHA RETANGULAR C/ RECHEIO DE CHOCOLATE
Emb. 6x28g | 9,46€/kg
1,79€/Emb.
BOLACHA
POUPE 25%
BOLACHAS RECHEADAS
Emb. 440g - 10 Unid.
6,80€/kg
3,99€/Emb.
2,99€ Emb.
FAMILY FORMAT
10x
ORIGINAL
OREO
pingo doce
sabe bem pagar tão pouco
é tão bom poupar assim :)
Promoção válida de 19 a 25 de setembro de 2024 em todas as lojas Pingo Doce dos Açores e SolMar. Salvo ruptura de stock ou erro tipográfico. Não acumulável com outras promoções em vigor. Alguns destes artigos poderão não estar disponíveis em todas as lojas Pingo Doce / SolMar. A venda de alguns artigos poderá estar limitada a quantidades específicas, ao abrigo do Decreto Lei N.º28/84. O cartão “Poupa Mais” não é válido em nenhuma Loja Pingo Doce Açores. Campanha não válida para artigos comercializados na cafetaria. Visite o nosso site em www.solmar.pt

Hospital da CUF garante cuidados hospitalares em casa

O projecto do Hospital CUF Açores foi apresentado há um ano na Lagoa. Ao longo deste período, a CUF tem vindo a colocar em prática o compromisso que assumiu aquando da sua chegada ao Arquipélago: colocar ao serviço dos açorianos uma rede de cuidados de saúde com quase 80 anos de experiência na prestação de cuidados de saúde, e, simultaneamente, reforçar a oferta de cuidados diferenciados e de qualidade na Região. Em paralelo, a CUF colocou-se igualmente ao serviço da comunidade, como parceiro social e económico.

Desde a apresentação do seu projecto, em Setembro de 2023, o Hospital CUF Açores tem vindo a consolidar o seu compromisso com a população da região dos Açores. Comprometido com o aumento da acessibilidade aos cuidados de saúde, o Hospital CUF Açores reforçou equipas clínicas, disponibilizou novas áreas de cuidados, e alargou horários de consultas, entre outras medidas que permitiram dar uma resposta ajustada às necessidades da população. Em resultado das medidas implementadas, o Hospital CUF Açores realizou mais de 75 mil consultas, mais de 47 mil exames de imagiologia, mais de 2200 cirurgias e cerca de 22 mil episódios de Atendimento Permanente (urgência).

Com 43 especialidades disponíveis, médicas e técnicas, esta unidade hospitalar da rede CUF dispõe de profissionais de saúde altamente diferenciados, equipamentos médicos de vanguarda, que permitem uma resposta especializada, através de abordagens inovadoras e multidisciplinares, tanto nas perspectivas do diagnóstico e prevenção, como do tratamento médico e cirúrgico.



A resposta dada à população açoriana é garantida por uma equipa de mais de 550 profissionais, todos comprometidos com a excelência dos cuidados de saúde, aliado à competência técnica e à qualidade dos cuidados prestados. De acordo com a Directora Clínica do Hospital CUF Açores, Isabel Cássio, "ao longo deste ano desafiante, os profissionais do hospital demonstraram um extraordinário esforço e dedicação, e conseguiram garantir uma resposta eficaz às necessidades da população, apesar dos desafios que se colocaram, a equipa destacou-se pela capacidade de adaptação e compromisso com os doentes e com a excelência nos cuidados de saúde".

Hospital parceiro dos Açores

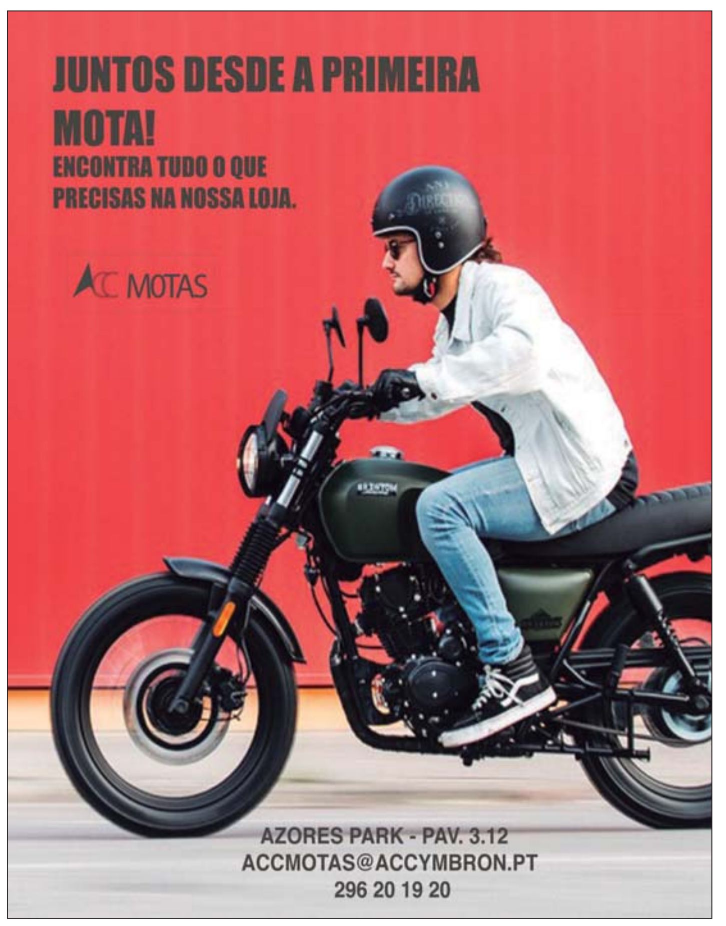
O ano ficou, naturalmente, marcado pelo incêndio que devastou o Hospital do Divino Espírito Santo (HDES), exigindo uma resposta rápida e coordenada da equipa do Hospital CUF Açores com as entidades oficiais. A CUF, através do Hospital CUF Açores, esteve desde o primeiro momento, e de forma proativa, a contribuir para a resposta às necessidades de saúde da população de São Miguel, numa estreita articulação com o HDES, a Unidade de Saúde da Ilha de São Miguel (USISM) e a Secretaria Regional da Saúde e da Segurança Social dos Açores. "Desde o primeiro momento o Hospital CUF Açores conseguiu responder de uma forma eficaz, dentro de um contexto de enormes desafios para todas as equipas, colocando ao serviço dos que necessitavam de cuidados de saúde as soluções e respostas mais ajustadas", recorda a Diretora Clínica. O Hospital CUF Açores acolheu, e ainda acolhe, equipas do HDES nas suas instalações, e disponibilizou espaços e serviços para a manutenção dos cuidados de saúde à população.

Unidade pioneira nos Açores

A criação da primeira Unidade de Hospitalização Domiciliária da Região Autónoma dos Açores, é um dos exemplos do projecto do Hospital CUF Açores que pretende gerar valor e oferecer novos serviços à região, contribuindo para o seu desenvolvimento. Em Setembro de 2023, a CUF implementou nos Açores esta unidade, pioneira no arquipélago, que permite "o internamento no conforto de casa do doente, com prestação de cuidados, rigor e segurança clínica idênticos ao internamento convencional, estando, de momento, disponível na ilha de São Miguel."

A Unidade de Hospitalização Domiciliária do Hospital CUF Açores, composta por uma equipa de médicos e enfermeiros, acompanha as necessidades do internamento 24 horas por dia, 7 dias por semana, para além de assegurar visitas diárias. O objectivo "é o de garantir cuidados hospitalares em casa, associados a um aumento do conforto, bem-estar e satisfação dos doentes durante o processo agudo da doença ou durante a agudização da doença crónica de que padece".

Pub.



Pub.

Pub.

Pub.

O governo entre o PS e o Chega



Por: Fernando Marta
Professor
ferdomarta@gmail.com

José Manuel Bolieiro tem recebido os partidos políticos e parceiros sociais para as negociações do orçamento e plano de 2025. Atendendo a que dirige um governo minoritário, sem quaisquer planos formais de apoio parlamentar à esquerda ou à direita, estes encontros são importantes para o debate de termos negociais que possam agradar a ambas as partes. São, também eles, momentos para as forças e representantes sociais e sindicais fazerem ouvir as suas reivindicações para a distribuição e repartição que será feita, do dinheiro e da dívida que dizem respeito à região, para o ano que vem. Em tempo de desafogo financeiro, com elevados níveis de emprego e estabilidade social, um governo minoritário não deverá ter dificuldades em aprovar o documento.

As notícias que estas reuniões espelharam, trouxeram boas-novas ao executivo no decurso da semana que termina.

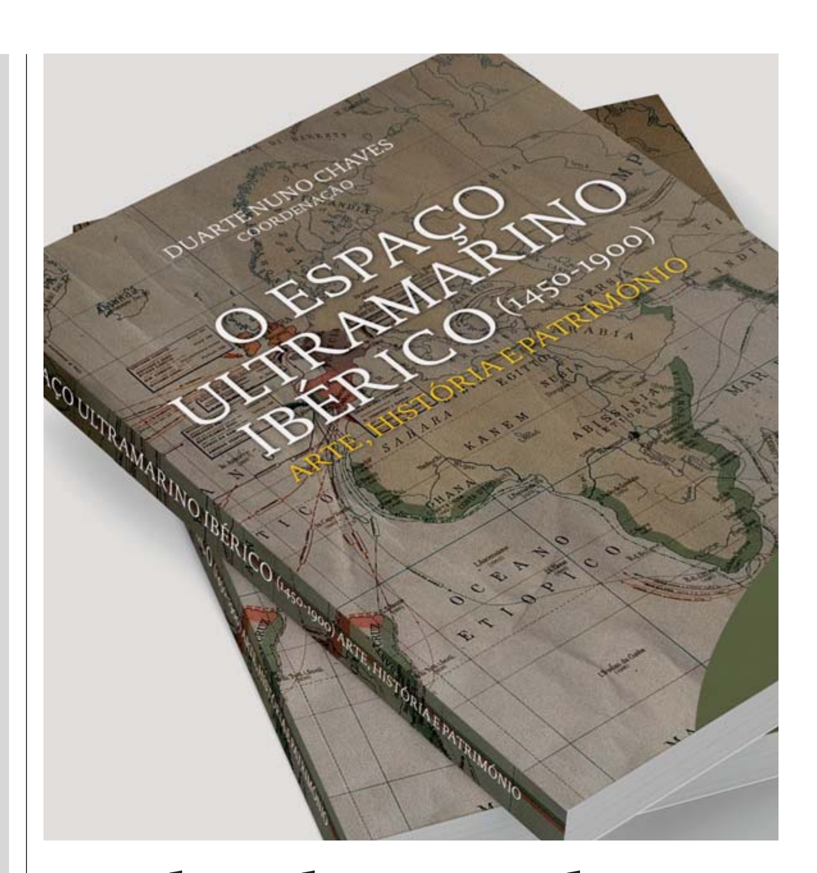
Por razões díspares, os partidos com o segundo e terceiro grupo parlamentar mais volumosos, disponibilizaram-se para viabilizar a estratégia governativa para 2025, se algumas das suas propostas e exigências fossem atendidas. José Pacheco, porque quer ser um ator válido na política regional, enquanto tem a perceção que, se não se tornar necessário, o povo vai descartá-lo nas próprias eleições, sejam elas quando forem. O sonho de uma região à imagem da sua direita, de açorianos de bem que dizem as verdades, ficaria para sempre perdida e ele, um grande educador das massas pelas coisas que importam, ficaria esquecido nos registos da assembleia legislativa. Com acusações de tiques ditatoriais por parte de partidários seus, José Pacheco começa a ter pouco a que se agarrar. A não ser ao executivo, que lhe pode dar, e aos seus, um propósito de sobrevivência. Aquilo a que, noutros tempos, ele chamaria de tachos.

Já os socialistas parecem ter mudado de estratégia, desde que Francisco César tomou o lugar de Vasco Cordeiro na liderança regional do partido. Com pouca intervenção nas nove ilhas do arquipélago, já que não tem nenhuma ligação às populações a não ser a presença política, tem vindo a fazer-se notar em encontros com entidades públicas e privadas, e forças sociais da comunidade. É deputado no hemiciclo nacional, estando por isso em Lisboa boa parte do tempo. E talvez por isso, depois da aproximação equidistante a Luís Montenegro feita pelo líder nacional, com o objetivo de deixar passar o orçamento do país, o filho do antigo presidente do governo regional parece ter mudado de estratégia. A alteração de liderança talvez tenha sido a razão primeira para esta mudança, já que seria muito difícil ao antigo líder, apeado por José Manuel Bolieiro, dar-lhe a mão com esta proeminência.

O segundo entendimento para esta estratégia, é que Francisco César sabe que tem muito tempo à sua frente, e não ganha nada, nesta fase, fazer-se forte com um voto contra, quando não tem, nem alternativa para mostrar, nem trabalho feito para governar.

Com estas posições, quem mais ganha é o governo de José Manuel Bolieiro, tendo à sua mercê duas forças subalternas. Pode escolher o parceiro que quiser para a aprovação do documento, sabendo que a seguir a este virão outros, e não haverá, aos olhos dos açorianos, razões para não serem igualmente aprovados. As exigências que ambos os partidos fazem, para além de poderem vir sempre a não ser operacionalizadas pelo executivo – o Chega tem assistido a todas as aulas sobre esta matéria – são claramente suscetíveis de ser integradas num documento tão vasto como este. As propostas avançadas, como a diminuição de gastos dos gabinetes, aumento de vagas em creche ou a disponibilização para venda ou arrendamento, das habitações existentes que estão desocupadas, são evidentemente acomodáveis.

Aliás, parecem ser uma passadeira vermelha estendida ao presidente do governo, para que se possa fazer difícil durante pouco tempo. José Manuel Bolieiro não terá dificuldades em aceitar estas condições, aparecendo mais uma vez como um pacificador e um construtor de pontes. Desta vez, a ponte foi fácil de construir.



Estudos sobre o mundo insular e atlântico no Colóquio Internacional sobre o Atlântico Ibero-Americano em Ponta Delgada e Velas

O CHAM Açores - Centro de Humanidades da FCSH da Universidade Nova de Lisboa e Universidade dos Açores, em colaboração com a Santa Casa da Misericórdia de Velas, realizam o Colóquio Internacional "O Atlântico Ibero-Americano (séculos XV a XX). História, Memória e Cultura Visual", a concretizar em S. Jorge, de 26 a 28 de Setembro.

Este evento decorrerá na Sala do Cabido da Misericórdia das Velas, e conta com o apoio da Vice-Presidência do Governo Regional dos Açores e com as parcerias da Câmara Municipal de Velas, Museu Francisco de Lacerda/Direcção Regional da Cultura e Casa da Madeira nos Açores.

Paralelamente, vão acontecer duas actividades, uma mesa-redonda, no dia 24 de Setembro, pelas 18h30, na Casa da Madeira nos Açores, em S. Miguel e o encerramento do evento, com o lançamento do livro O Espaço Ultramarino Ibérico (1450-1900) Arte, História e Património, no dia 28 de Setembro, pelas 10h00, no Museu Francisco de Lacerda, em S. Jorge.

O colóquio decorre na sequência de uma parceria estabelecida pelo CHAM Açores e a Santa Casa da Misericórdia de Velas, obtendo como resultado desta cooperação a concretização, desde 2011, de vários eventos culturais e científicos efectuados, geralmente na ilha de S. Jorge, e de forma pontual em outras ilhas do arquipélago dos Açores, eventos nos quais se tem podido constatar uma avultada assistência de interessados na temática da História Insular e Atlântica.

A realização deste colóquio pretende difundir o trabalho desenvolvido por investigadores no âmbito dos estudos, em torno do mundo insular e atlântico, em particular, da Macaronésia. Gradualmente, o evento foi ganhando uma projecção regional e nacional, bem como dimensão internacional.

Este ano, com a participação de investigadores oriundos de Portugal, Espanha e Brasil, "teremos a possibilidade de assistir a comunicações e conferências que assentarão em problemáticas associadas à História do Atlântico e à sua interacção com a Memória e a Cultura Visual."

Pretende-se "potenciar o papel e a importância da imagem, como fonte historiográfica, símbolo da cultura pós-moderna e como reflexo de contextos, sociedades e quotidianos, assuma a centralidade da análise e das reflexões.

São conferencistas convidados do colóquio internacional, José Esteves Pereira, Professor Catedrático Jubilado da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa; e Gabriel Betancor Quintana, director do Arquivo de Fotografia Histórica das Canárias.



Marinha Portuguesa convida jovens açorianos com o 9º ano a “embarcarem na aventura” continuando a viver na Região

A Marinha Portuguesa está a recrutar jovens açorianos com, pelo menos, o 9º ano de escolaridade, com a possibilidade de continuarem a residir nos Açores.

As inscrições estão abertas até 30 de Setembro para o novo programa de recrutamento regional nos Açores. Este programa é dirigido a jovens entre os 18 e os 24 anos, com pelo menos o 9.º ano, oferecendo a oportunidade de “servir na Marinha sem sair da sua região.”

Os candidatos selecionados receberão formação especializada com atribuição de nível 4 de qualificação profissional, e terão um contrato inicial de 3 anos, renovável até 6 anos.

Após a formação, que inclui um curso de 5 meses em Lisboa com alojamento e alimentação garantidos, os militares voltarão aos Açores para actuar nas unidades da Marinha, em terra ou no mar, com possibilidade de vínculo permanente.

Além deste recrutamento regional, há também concursos abertos para diversas áreas tecnológicas, fuzileiros, mergulhadores e praças informáticos. As candidaturas são feitas online através do site candidaturas.marinha.pt. Para mais informações devem contactar a linha verde 800 204 635.

Beneficiar vias e estabilizar taludes na Candelária e em Santo António

A Câmara Municipal de Ponta Delgada lançou um procedimento concursal com vista à contratação de estudos e projectos para a realização de empreitadas de beneficiação da rua do Pico, na Candelária, e de estabilização de taludes na rua das Terças, em Santo António, num valor total de 47 750 euros, acrescido de IVA.

Estas empreitadas surgem integradas num vasto conjunto de estudos e intervenções que a autarquia tem vindo a promover no concelho na sequência dos sucessivos temporais registados no início deste ano e dos quais resultaram prejuízos a rondar os 12 milhões de euros.

Como forma de garantir a requalificação da rua do Pico, na Candelária, a Câmara Municipal de Ponta Delgada avança para a contratação de serviços a visar a elaboração de um estudo prévio que inclua levantamento topográfico, estudo geológico e geotécnico, assim como estudo hidrológico.

No âmbito do mesmo procedimento, a autarquia requer a elaboração de um projeto de execução que contemple memória descritiva e justificativa, condições técnicas, peças desenhadas, PSS, PPGRCD, mapa de quantidades e estimativa orçamental.

Os mesmos requisitos são pedidos para a contratação de estudos e projeto de estabilização de taludes na rua das Terças, em Santo António, sendo ainda solicitado a apresentação da campanha de prospecção geotécnica e estudo hidrológico e de bacia hidrográfica.

O prazo para a apresentação de propostas decorre até ao dia 25 de Setembro de 2024.

Homem de 29 anos preso pela segunda vez por violência doméstica e roubo de bens à mãe na freguesia da Matriz da Ribeira Grande



A Ribeira, na Matriz da Ribeira Grande

O Comando Regional da Polícia de Segurança Pública dos Açores, por intermédio de polícias da Esquadra da Ribeira Grande, da Divisão Policial de Ponta Delgada, procedeu à detenção de um homem de 29 anos de idade, por se encontrar fortemente indiciado na prática de um crime de violência doméstica em concurso com um crime de resistência e coacção sobre funcionário, na freguesia da Matriz da ribeira Grande.

Na sequência de uma ocorrência enquadrável no crime de violência doméstica, no dia 20 de Agosto, o arguido foi detido em flagrante delito, por ter sido interceptado pelas autoridades policiais no exacto momento em que subtraia objectos do interior da moradia da vítima, sua mãe, viúva, e, ainda, por ter resistido de forma violenta e agressiva à detenção.

A investigação prosseguiu, no âmbito da qual foi possível apurar que a referida detenção e, subsequente aplicação das medidas de coação, não viriam a revelar-se suficientes para demover o arguido de forçar a aproximação com a sua progenitora, através de insistentes e perturbadoras tentativas de contacto, continuando a subtrair-lhe bens com expressão económica, de forma a sustentar o seu consumo de produto estupefaciente.

Perante o agravamento da conduta ilícita evidenciada pelo arguido, que durante o mês de Julho foi restituído à liberdade, depois de ter estado em prisão preventiva, pela prática de um crime de violência doméstica, em resultado da intervenção prioritária e urgente por parte dos vários operadores da justiça, procedeu-se, novamente, à detenção do arguido, agora fora de flagrante delito, mediante ordem da Magistrada do Ministério Público da Ribeira Grande, titular do inquérito, acautelando, desta forma, a não continuidade da actividade criminosa.

Ao detido, depois de ter sido presente a primeiro interrogatório judicial, foi-lhe aplicada a medida de coacção de prisão preventiva.

Embora a PSP não faça qualquer referência às razões porque o homem agredia a mãe e roubava-lhe pertences para vender, o ‘Correio dos Açores’ sabe que o dinheiro da venda dos bens se destinava à aquisição de droga pesada, de que é dependente. A investigação policial poderá levar à detecção de prováveis receptadores dos pertences da mãe que o homem de 29 anos terá chegado a vender por preços baixos.

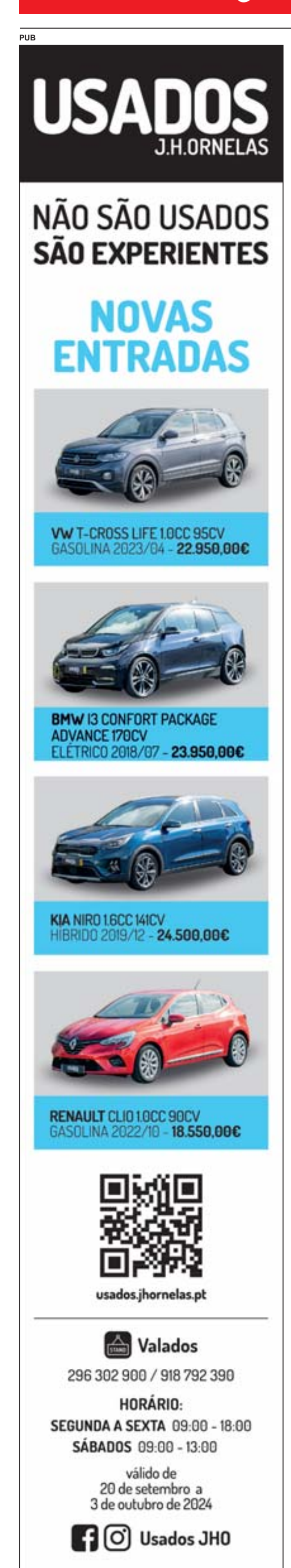
Homem detido por roubo em propriedade privada

O Comando Regional da PSP dos Açores, através de Polícias do efectivo da Esquadra de Rabo de Peixe, da Divisão Policial de Ponta Delgada, deteve um indivíduo, em flagrante delito, suspeito da prática de um crime de furto em propriedade privada.

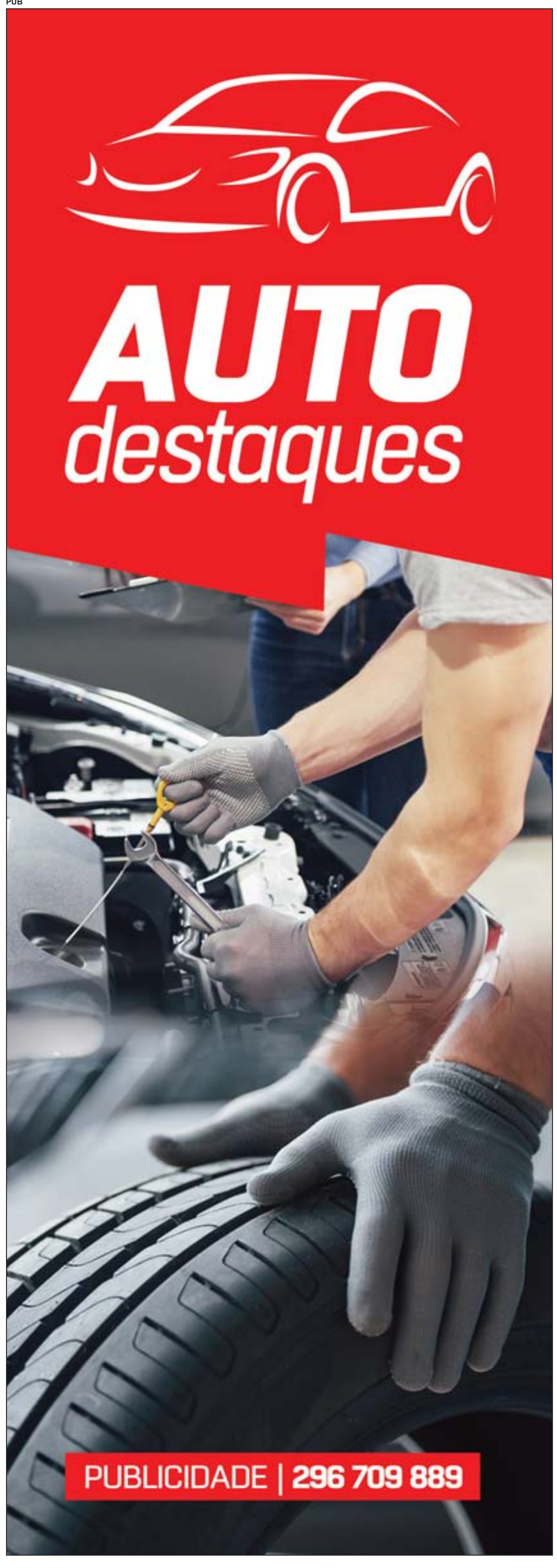
A ocorrência teve lugar durante o patrulhamento da área de Rabo de Peixe, quando os agentes da Esquadra de Rabo de Peixe foram informados da presença de um indivíduo no interior de uma propriedade privada a tentar furtar diversos materiais. À chegada ao local, os agentes viram, um homem, com 39 anos de idade, a utilizar um escadote para arremessar ferramentas e outros materiais para o exterior do terreno.

Entre os materiais alvo da tentativa de furto, cujo valor total ascende a 764 euros, encontram-se ferramentas agrícolas e de construção, bem como vários produtos fitofarmacêuticos.

Esta ação insere-se no contexto da contínua vigilância e resposta célere da Esquadra da PSP de Rabo de Peixe no combate à criminalidade, reforçando a segurança e o bem-estar da comunidade local.


USADOS
J.H.ORNELAS
NÃO SÃO USADOS
SÃO EXPERIENTES
NOVAS ENTRADAS
VW T-CROSS LIFE 1.0CC 95CV
GASOLINA 2023/04 - 22.950,00€
BMW I3 CONFORT PACKAGE
ADVANCE 170CV
ELÉTRICO 2018/07 - 23.950,00€
KIA NIRO 1.6CC 141CV
HIBRIDO 2019/12 - 24.500,00€
RENAULT CLIO 1.0CC 90CV
GASOLINA 2022/10 - 18.550,00€
usados.jhornelas.pt
Valados
296 302 900 / 918 792 390
HORÁRIO:
SEGUNDA A SEXTA 09:00 - 18:00
SÁBADOS 09:00 - 13:00
válido de
20 de setembro a
3 de outubro de 2024
Usados JHO


ÚLTIMOS
PREÇOS
DE
Verão
20 a 22 Setembro
VR
VIVEIROS & REGO
AUTOMÓVEIS
Rua de São Gonçalo, Ponta Delgada
296 383 473
www.viveirosrego.com


AUTO
destaques
PUBLICIDADE | 296 709 889


PUBLICIDADE | 296 709 889
AUTO
destaques

"Saudável": um termo tão vago para algo tão complexo



Por Lia Correia
Nutricionista



Ouvimos tantas vezes falar sobre "alimentação saudável", mas será que sabemos de facto o que isso significa? Será que o termo "saudável" tem uma definição clara e um significado único e igual para todos?

Talvez haja quem considere "saudável" comer apenas 1 peça de fruta por dia, desde que seja todos os dias.

Para outros, saudável será fazer jejum intermitente ou começar o dia com um copo de água com limão. Provavelmente já ouviu também dizer que a alimentação vegetariana é mais saudável que a omnívora.

Pode ainda haver quem pense que ser saudável é passar fome, abster-se de comer qualquer tipo de açúcar ou gordura saturada e viver em restrição. Concorda com estas afirmações? Vamos então refletir um pouco sobre o que é afinal ser "saudável".

O que é afinal uma pessoa "saudável"?

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define saúde como "um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas ausência de doença ou enfermidade". Ou seja, ninguém pode ser ou deixar de ser caracterizado como "saudável" com base apenas na sua alimentação. Igualmente, apenas por ter um diagnóstico de doença crónica, essa pessoa não deixa necessariamente de ser considerada "saudável" para o resto da vida. Devemos olhar para todo o seu estilo de vida, como está a sua relação com colegas de trabalho, familiares e amigos, a sua satisfação pessoal e capacidade para desempenhar as tarefas do seu dia a dia. Uma pessoa com uma doença controlada pode ter um estilo de vida mais saudável que uma pessoa sem qualquer diagnóstico de doença.

E o que é considerado um alimento "saudável"?

Se é tão complexo considerar (ou não) uma pessoa "saudável", mais difícil ainda é aplicar uma característica tão complexa a alimentos tão distintos uns dos outros.

Sabemos que existem alimentos que, por possuírem certas vitaminas, minerais, probióticos, fibras, antioxidantes, etc., vão ajudar a promover a nossa saúde. Normalmente chamamos esses de "saudáveis".

Por outro lado, alimentos ricos em açúcares livres, gorduras trans ou saturadas, sal, conservantes, edulcorantes, corantes químicos, com altos teores de metais pesados ou substâncias potencialmente cancerígenas podem aumentar o risco (a curto, médio ou longo prazo) de desenvolvermos certas doenças, diminuindo a nossa qualidade de vida e/ou pondo em causa o nosso bem-estar geral.

Nenhum alimento por si só é "saudável": tudo depende da quantidade e frequência em que é consumido. Existem sim alimentos mais e menos nutritivos.

Então o que é considerada uma alimentação "saudável"?

Uma alimentação "saudável" deve ser completa, equilibrada e variada, incluindo maioritariamente alimentos naturais ou minimamente processados presentes na Roda da Alimentação Mediterrânica.

Para ser completa, deve incluir alimentos de todos os grupos. Ou seja, deixar de comer por completo todos os alimentos presentes no grupo "cereais e derivados" (ex.: pão, massa, batata, arroz) com medo dos hidratos de carbono, não é a opção mais saudável (nem a que mais vos vai ajudar a perder peso).

Para ser considerada equilibrada, devemos consumir em maior quantidade os alimentos presentes nos grupos maiores (ex.: frutas, vegetais e cereais integrais) e comer menos quantidade dos grupos mais pequenos (ex.: gorduras, carne, pescado e ovos). Não esquecer que a água está no centro da roda por ser o elemento mais importante da nossa alimentação!

Para garantirmos uma alimentação variada, além de comer pelo menos 3 peças de fruta todos os dias e legumes ao almoço e o jantar, por exemplo, o foco deve estar também em garantir que não comemos sempre as mesmas frutas e vegetais, todos os dias. Este ponto é especialmente importante porque, tendo em conta que alguns peixes têm maiores teores de metilmercúrio, o arroz integral tem arsénio inorgânico, algumas carnes têm antibióticos, as frutas e vegetais podem ter pesticidas, a água engarrafada pode ter microplásticos... Fica difícil fazer escolhas "perfeitas" e por isso o meu conselho é variar ao máximo nos alimentos, para variarmos nos "venenos".

O que é considerada uma alimentação pouco saudável?

Se tem mais de 18 anos e não bebe pelo menos 1,5L de água todos os dias, não come todos os dias vegetais ao almoço e ao jantar (seja na sopa ou no prato), não come pelo menos 3 peças de fruta todos os dias, ingere mais do que 5g de sal por dia, mais do que 25g de açúcares simples por dia e/ou mais do que 10% das calorias que ingere por dia correspondem a gorduras saturadas: temos aqui algum trabalho a fazer para garantir que passa a cumprir com as recomendações base daquilo que é considerada uma "alimentação saudável".

Como saber se está a cumprir com as recomendações?

Se acaba por recorrer diariamente a alimentos ultraprocessados (ex.: croissants, folhados, bolachas, barras de cereais), ricos em açúcar (ex.: bolos, pães de leite, bolo lêvedo, massa sovada, cereais/bolachas açucarados, leite com chocolate, iogurtes açucarados), pré-fritos (ex.: douradinhos, nuggets, panados, rissóis, croquetes), ricos em gorduras saturadas (ex.: manteiga, batatas fritas, pipocas, fast-food), ricos em sal (ex.: pimenta da terra, tremoços, amendoins, aperitivos), refeições prontas a consumir, congeladas ou de compra (ex.: arroz de pato, pizzas, bacalhau de natas, frango assado com molho), sumos ou refrigerantes (ex.: compal, iced tea, coca-cola, pepsi, laranjada, kima, mic-mac), carnes processadas (ex.: fiambre, salsicha, chouriço, linguiça, morcela, pé de torresmo, chourição) e/ou álcool (ex.: cerveja, vinho, licores, aguardentes), provavelmente não está a cumprir com as recomendações no que toca ao consumo máximo de sal, açúcar e gorduras saturadas.

Como posso ter um estilo de vida saudável?

Diga-me: Bebe pelo menos 1,5L de água por dia, todos os dias? Come pelo menos 3 peças de fruta diferentes por dia, todos os dias? Come sempre legumes ou vegetais ao almoço e ao jantar? Não adiciona açúcar aos alimentos ou bebidas do seu dia-a-dia? Fica satisfeito(a) e saciado(a) após as refeições? Pratica pelo menos 30min de atividade física todos os dias (ex.: caminhar, dançar, subir escadas)? De um modo geral, sente-se bem com o seu corpo, com a sua alimentação, com os seus colegas, amigos e familiares? Isto é um excelente começo.

Como bem e mexo-me: mas será que me sinto bem?

Como vimos, saúde não passa apenas pela parte física, mas também psicológica, por isso diga-me:

Passa o dia a pensar em alimentos que considera proibidos? Quando se olha ao espelho, os seus olhos vão sempre de imediato para a zona que gosta menos? A sua alimentação é causa de ansiedade? Usa a comida muitas vezes como "remédio" para picos de stress, ansiedade ou tristeza? Não tem prazer com aquilo que come? Salta várias refeições ao longo do dia para "poupar calorias", acabando por comer demais nas refeições principais e/ou cedendo a todos os desejos reprimidos ao longo do dia antes de ir dormir?

Muitas pessoas estão em "dieta" há tanto tempo ou já foram a nutricionistas tantas vezes que acabam por normalizar este tipo de sentimentos e comportamentos, achando que fazem parte quando estamos a lutar por ter uma alimentação mais saudável. Mas não é saudável passar fome, ter uma relação demasiado emocional com os alimentos ou viver permanentemente insatisfeito com o seu corpo.

Se a busca por uma alimentação mais saudável está a prejudicar a sua saúde mental, a sua relação com os alimentos, com a sua imagem corporal e/ou a trazer constantemente sentimentos de culpa e comportamentos alimentares perturbados, podemos até estar a entrar num quadro de doença de comportamento alimentar.

Descobriu com este artigo que talvez não esteja tão "saudável" quanto gostaria? Eu ajudo.

Eu percebo, muitas vezes é difícil encontrar um equilíbrio entre a vida social, familiar e laboral, a rotina frenética do dia-a-dia, a busca por um estilo de vida mais saudável e o bem-estar psicológico. Mas com ajuda é muito mais fácil lá chegar e o caminho é bem menos solitário. Não devemos ser demasiado extremistas, tentar corrigir todos os "erros" ou adereçar todos os problemas ao mesmo tempo, caso contrário estamos a caminhar para o insucesso e frustração. Nem sempre, nem nunca. Com equilíbrio e bom senso podemos comer um pouco de tudo, desde que nas quantidades e frequências certas.

Devemos listar aquilo que precisa de ser alterado e o porquê, ordenar, priorizar, escolher o ponto de partida e ir definindo e redefinindo objetivos específicos, mensuráveis, atingíveis, realistas e delineados no tempo.

Devagarinho chegamos lá, o mais importante é começar tendo sempre bem presente o porquê de estarmos a fazer todas estas mudanças. A motivação deve ser sempre o vosso bem-estar e aumentar a vossa autoestima e qualidade de vida, para que possam aproveitar ao máximo todos os momentos com as pessoas de quem mais gostam, durante o máximo de tempo possível.

Todo este artigo pode ser aplicado também a crianças e adolescentes, as únicas coisas que mudam são as quantidades máximas recomendadas por dia de açúcar, sal e gorduras saturadas, que são bastante inferiores, especialmente até aos 10 anos.

Ficou com alguma dúvida? Precisa de ajuda? Mande-me um email (crescercomsabor@gmail.com) ou uma mensagem através das redes sociais (@crescercomsabor), ou marque uma consulta de nutrição comigo na Crescer com Sabor (Rua Padre José Joaquim Rebelo, 4C 9500-782).





PONTA DELGADA | LARGO DA MATRIZ, 35 - TELEFONE: 296 206 160

Pub.



Pub.

O nosso contributo para a **saúde cerebral**

www.gorreana.pt

CIENTIFICAMENTE COMPROVADO



CHÁ VERDE SAÚDE CEREBRAL
(SAQUETAS) 40 GR

Benefícios:

- Promotor das funções cognitivas, retardando o processo de envelhecimento e consequentemente reduzindo a degenerescência cerebral que aumenta com a progressão da idade.
- Ação relaxante pois reduz a ansiedade e o stress.
- Melhora a qualidade do sono, por estimular a serotonina que é importante para a produção de ondas alfa no cérebro.
- Melhora a função vascular e ajuda a minimizar as doenças cardiovasculares.

Pub.



Pub.



Pub.



Pub.



Kamala Harris impressionou mais os americanos no debate de acordo com sondagem, mas a corrida continua empatada

Foto: Kenny Holston/The New York Times



67% dos prováveis eleitores norte-americanos da sondagem afirmam que Kamala Harris esteve "muito bem" no debate televisivo

A Kamala Harris impressionou os eleitores no seu debate com Donald Trump, realizado a 10 de Setembro, segundo um novo conjunto de sondagens do The New York Times, The Philadelphia Inquirer e Siena College. No entanto, ela ainda não conseguiu obter uma vantagem decisiva na campanha presidencial, de acordo com o jornal norte-americano The New York Times.

A corrida está empatada a nível nacional, com 47%. Contudo, no estado decisivo da Pensilvânia, Kamala Harris tem uma vantagem de 4% – uma pequena vantagem que se mantém inalterada desde o início de Agosto. Ela conseguiu reunir grande parte da coligação central do Partido Democrata no estado, obtendo o apoio de eleitores negros, jovens e mulheres.

A actual Vice-presidente e candidata dos democratas recebeu avaliações muito mais positivas pela sua prestação no debate em comparação a Donald Trump, com 67% dos prováveis eleitores norte-americanos a afirmarem que ela se saiu bem, em contraste com 40% para Trump. A maioria dos eleitores, em todos os grupos raciais, faixas etárias e níveis de educação – mesmo entre os eleitores brancos sem curso superior, um dos principais grupos de apoio de Donald Trump – deu-lhe uma avaliação positiva.

Ainda assim, isso não foi suficiente para mudar uma corrida que parece destinada a ser disputada até ao último detalhe este Outono, após um Verão conturbado.

As sondagens foram realizadas quase na totalidade antes da segunda tentativa de assassinato contra Donald Trump no último domingo.

O primeiro debate geral das eleições de 2024, entre Donald Trump e o Presidente Joe Biden em Junho, alterou a dinâmica da corrida, com os democratas a perderem tanto a confiança na capacidade de Biden, aos 81 anos, de fazer a campanha e de governar um segundo mandato que o actual Presidente decidiu desistir da eleição presidencial deste ano.

Segundo o jornal norte-americano The New York Times, as novas sondagens mostram como os democratas rapidamente se uniram em torno de Kamala Harris, eliminando o que antes parecia uma grande diferença de entusiasmo.

No entanto, a candidata dos democratas ainda enfrenta algumas críticas à medida em que se aproxima o Outono, sendo a principal o facto de muito mais eleitores a considerarem excessivamente liberal em comparação com Donald Trump, que não é visto como excessivamente conservador.

A percentagem de eleitores que afirmaram ainda querer saber mais sobre Kamala Harris foi praticamente idêntica antes e depois do debate, sugerindo que ela pode ter perdido uma oportunidade de esclarecer dúvidas ou fornecer mais detalhes ao público.

Em termos de economia, as preocupações permanecem generalizadas. No estado de Pensilvânia, 77% dos prováveis eleitores consideram que a economia está fraca ou mediana, com apenas 22% a classificá-la como excelente ou boa. Essa visão negativa é partilhada mesmo nas regiões democratas, incluindo Filadélfia e os seus subúrbios.

Por outro lado, Donald Trump enfrenta desafios com os eleitores brancos com curso superior, um grupo significativo nos subúrbios, onde o seu apoio caiu para 36% tanto a nível nacional quanto na Pensilvânia, comparado com 42% em 2020, segundo uma análise do Pew Research Center.

De acordo com o jornal norte-americano The New York Times, a popularidade de Kamala Harris na Pensilvânia é surpreendente, dado que o estado tem sido um dos mais disputados desde 2016 e, em geral, tende a inclinar-se mais para os republicanos do que a média nacional.

As novas sondagens estão alinhadas com outras, que mostram um aumento da favorabilidade de Harris no estado, passando de 42% em Julho para 51% agora.

A relembrar que o debate foi visto por mais de 67 milhões de americanos, tornando-se a transmissão mais assistida do ano nos Estados Unidos, fora do Super Bowl.

A Kamala Harris apresentou melhor desempenho entre os 80% dos eleitores que assistiram ao debate ou viram excertos posteriormente, enquanto o Donald Trump obteve a maioria dos votos daqueles que apenas ouviram falar sobre o debate ou não sabiam nada sobre ele.

A vantagem da candidata dos democratas entre os eleitores negros, jovens e com curso superior na Pensilvânia cresceu desde que entrou na corrida, especialmente em Filadélfia, onde 90% dos eleitores negros apoiam a Vice-presidente.

Ainda segundo o jornal norte-americano, no geral, a corrida permanece renhida, e os próximos meses serão decisivos tanto para Kamala Harris quanto para Donald Trump, à medida que ambos procuram conquistar mais eleitores em estados decisivos como a Pensilvânia.

A sondagem decorreu entre 11 e 16 de Setembro, contou com 2.437 pessoas que estão registadas para votar e tem uma percentagem de erro de 3%.

A eleição presidencial dos Estados Unidos vai ocorrer a 5 de Novembro, onde se vai descobrir, posteriormente, quem vai substituir Joe Biden na Casa Branca.

Pelo menos 20 pessoas morreram e mais de 400 ficaram feridos nas explosões de rádios portáteis no Líbano

Uma segunda onda de explosões atingiu o Líbano na passada Quarta-feira, quando rádios portáteis, que foram transformados em dispositivos explosivos, detonaram em várias partes do país. Pelo menos 20 pessoas morreram e mais de 450 ficaram feridas, causando choque em toda a nação.

De acordo com o jornal norte-americano The New York Times, o ataque foi direccionado ao Hezbollah, o grupo armado libanês apoiado pelo Irão, e ocorreu enquanto o país enterrava as vítimas de explosões de *pagers* do dia anterior, que mataram 12 pessoas e feriram 2.700.

O Hezbollah culpou Israel pelos ataques com os *pagers*, enquanto as autoridades dos EUA e de outros países afirmaram que Israel escondeu explosivos em *pagers* fabricados em Taiwan, importados para o Líbano. Israel não assumiu nem negou a responsabilidade pelos ataques e indicou que pretende intensificar acções militares para afastar as forças do Hezbollah da fronteira norte de Israel.

A recordar que há quase um ano, Hezbollah e Israel têm trocado ataques transfronteiriços, mesmo com Israel a combater o Hamas, aliado do Hezbollah, na Faixa de Gaza. O Hezbollah iniciou ataques contra Israel após o Hamas liderar ataques a 7 de Outubro. A troca de ataques entre os dois lados continua, mas ambos têm evitado uma guerra em larga escala até agora.

O ministro da Defesa de Israel, Yoav Gallant, declarou que o país estava a entrar num novo período da guerra e que as forças e os recursos estavam a ser direccionados para o norte, sinalizando uma possível escalada nas operações militares na região fronteiriça com o Líbano.

Segundo o jornal The New York Times, as explosões de *pagers* na passada Terça-feira ocorreram enquanto as vítimas carregavam os dispositivos nas mãos e nos bolsos, enquanto as explosões de Quarta-feira envolveram rádios portáteis do Hezbollah, que provocaram incêndios em várias áreas. A análise de imagens identificou os rádios como dispositivos ICOM de fabrico japonês, embora não se saiba como o Hezbollah os adquiriu.

O aumento das explosões levantou temores de uma guerra mais ampla no Médio Oriente. As autoridades da Jordânia alertaram que Israel estava a empurrar a região para um conflito regional, enquanto os EUA, por meio do Secretário de Estado Antony Blinken, afirmaram não ter conhecimento prévio dos ataques com *pagers* e pediram que todas as partes evitassem uma escalada.

Ainda de acordo com o jornal norte-americano, o Conselho de Segurança da ONU convocou uma reunião de emergência para discutir os ataques no Líbano, com a Argélia a solicitar a reunião. O Hezbollah reiterou que não cessará os combates enquanto Israel continuar a sua campanha contra o Hamas em Gaza. Mais de 160.000 pessoas já foram deslocadas devido aos confrontos transfronteiriços entre Hezbollah e Israel.

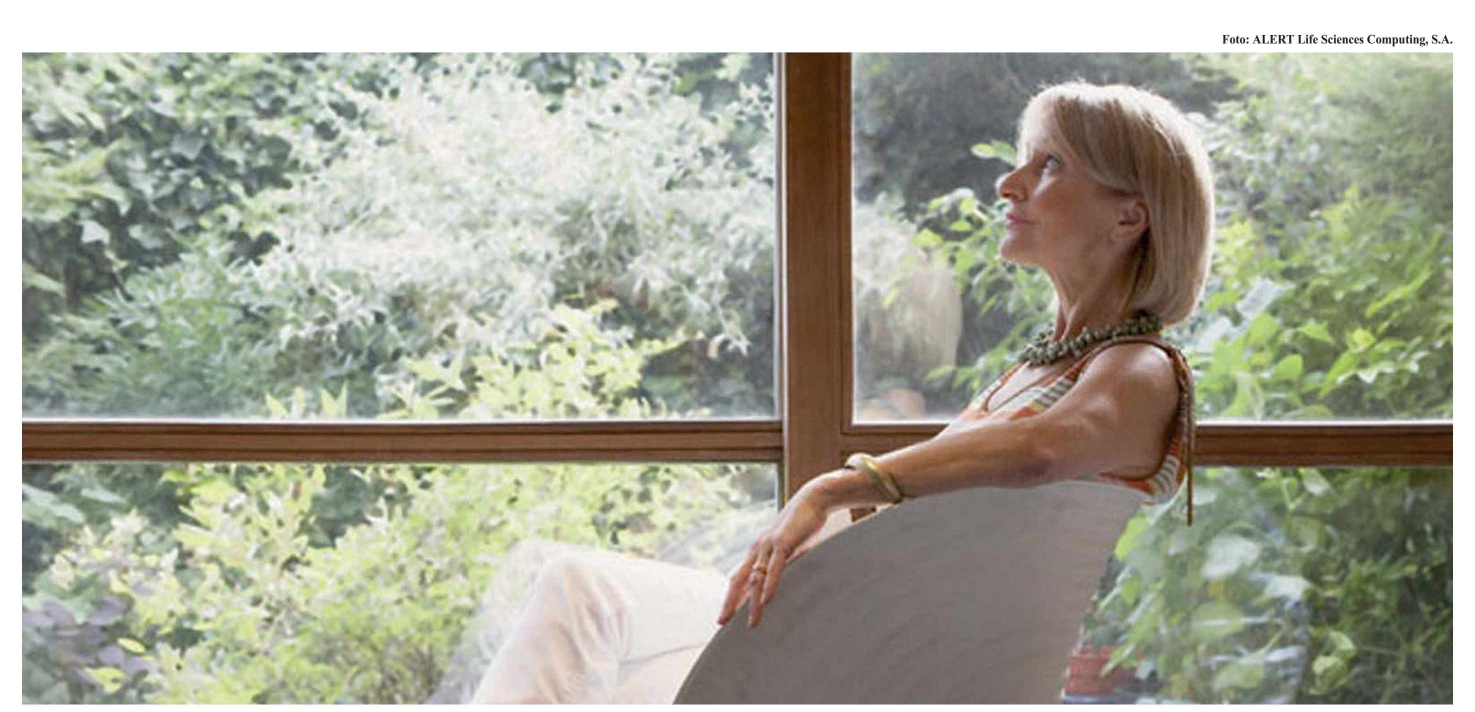
Foto: Diego Ibarra Sanchez for The New York Times

Soldados do Hezbollah a homenagear os membros que faleceram

Iniciar a terapia hormonal na perimenopausa pode ajudar a retardar o envelhecimento

Estudo publicado na revista "Jama Network Open" e contou com mais de 117 mil mulheres

Foto: ALERT Life Sciences Computing, S.A.



Os especialistas concordam que a actividade física é uma forma menos potencialmente perigosa de promover a saúde óssea, cardíaca e cognitiva do que qualquer tipo de medicamento

Um novo estudo conclui que as mulheres pós-menopáusicas que receberam terapia hormonal durante a perimenopausa envelhecem mais lentamente do que as mulheres que não receberam. De acordo com o estudo, os efeitos positivos da terapêutica hormonal eliminam em grande medida o impacto negativo no envelhecimento do baixo estatuto socioeconómico das mulheres pós-menopáusicas.

Os autores do estudo analisaram os dados de uma coorte de 117 763 mulheres pós-menopáusicas registadas no UK Biobank. Destas, 47.461 mulheres (40,3%) tinham usado terapia hormonal (TH) em algum momento das suas vidas. Os dados revelaram que estas mulheres apresentavam menos indícios de envelhecimento do que as mulheres que nunca tinham utilizado a terapia hormonal.

O efeito "antienvelhecimento" mais forte foi encontrado nas mulheres que utilizaram a TH a partir dos 48,4 anos de idade e durante quatro a oito anos. As mulheres que beneficiaram mais profundamente da TH foram as de estatuto socioeconómico mais baixo (SES), enquanto o efeito foi menos dramático nas mulheres com rendimentos mais elevados, que normalmente envelheciam mais lentamente, quer utilizassem ou não a TH.

O estudo avaliou o envelhecimento na sua coorte de estudo utilizando o envelhecimento fenotípico. A primeira autora, Yufan Liu, do Beijing Key Laboratory of Environmental Toxicology da Capital Medical University, explicou o que é: "Resumidamente, enquanto a idade cronológica é simplesmente o número de anos de vida, a idade fenotípica analisa mais de perto vários marcadores biológicos do corpo para medir o processo de envelhecimento. Por conseguinte, o envelhecimento fenotípico significa que se é biologicamente mais velho".

O estudo analisou as discrepâncias entre as idades fenotípica e cronológica dos participantes para avaliar o ritmo a que estavam a envelhecer e concluiu que a altura da vida de uma mulher em que a TH tem mais probabilidades de ser benéfica é durante a perimenopausa, que são os anos que precedem directamente a ausência de óvulos e a cessação da menstruação, de acordo com a World Health Organization. G. Thomas Ruiz, MD, Obstetra e ginecologista certificado pelo conselho e líder no Memorial Care Orange Coast Medical Center em Fountain Valley, CA, que não esteve envolvido no estudo, explicou o que acontece durante a perimenopausa.

"Uma mulher entre os 48 e os 51 anos encontra-se normalmente num estado de perimenopausa, o que significa que pode não ter menstruações todos os meses. Não têm necessariamente uma qualidade consistente de óvulo para óvulo. De mês para mês, a produção de estrogénio pelos ovários é muito variável. Num mês de baixa produção de estrogénio, podem começar a ter secura vaginal, sintomas vasomotores, como afrontamentos", explicou. Ruiz descreveu um período caótico: "Podem não ter o período durante três meses e, quando o têm, a hemorragia pode durar duas a três semanas.

Portanto, é realmente uma função dos ovários que ficam numa situação em que simplesmente não estão a funcionar". Liu refere que também as mulheres com 40 e poucos anos ou menos podem receber terapia hormonal se tiverem menopausa prematura, apresentarem sintomas de menopausa prematura ou forem submetidas a uma oforectomia bilateral.

Ruiz disse que o valor da TH para mulheres na perimenopausa é "ajudar a suavizar sua transição para a menopausa". Ainda de acordo com este estudo, a utilização histórica de terapia hormonal e a diminuição da discrepância de envelhecimento foram mais fortemente associadas a mulheres com um estatuto socioeconómico desfavorecido (SES), salientou Liu e continuou afirmando que isso indica que "a terapia hormonal pode ajudá-las a compensar a mortalidade por todas as causas e causas específicas associadas ao envelhecimento fenotípico".

"As causas devem ser interpretadas com cautela. Os resultados também podem ser interpretados como uma posição vantajosa em relação a vários aspectos da saúde em indivíduos com um SES elevado, pelo que esta população poderá não beneficiar da utilização da TH", observou Liu.

"No prazo de seis meses após os ovários deixarem de produzir estrogénio, a mulher começa a perder cálcio dos ossos a um ritmo mais rápido do que o que entra. Isto acaba por conduzir à osteopenia e à osteoporose", refere Ruiz.

Aos 70 e 80 anos, podem ocorrer fracturas da anca, compressão da coluna vertebral - cifose - e fracturas das costelas. Se uma pessoa de 80 anos partir uma anca, a fractura da anca pode não a matar, mas a recuperação da cirurgia e as consequências da cirurgia podem, disse Ruiz.

A terapia hormonal após a menopausa é designada por terapia de substituição hormonal, que Ruiz advertiu que deve ser acompanhada por análises aos lípidos para detectar problemas cardíacos, que são mais prováveis, e por mamografias para detectar o risco acrescido de cancro da mama. Doses menores de hormonas também são indicadas.

"Acho que o artigo foi bastante claro", disse ele, 'sobre os benefícios do sistema de múltiplos órgãos que o estrogénio proporciona a uma mulher'.

Os especialistas concordam que a actividade física é uma forma menos potencialmente perigosa de promover a saúde óssea, cardíaca e cognitiva do que qualquer tipo de medicamento e Ruiz afirma que a saúde óssea das mulheres na menopausa pode ser apoiada pela terapia de substituição hormonal: "O cálcio continua a entrar no osso a uma taxa suficiente para que não se desenvolva um afinamento dos ossos - que é a osteopenia ou osteoporose, ou ossos quebradiços".

"A pele está repleta de receptores de estrogénio - colagénio - pelo que a pele continua a ter um melhor aspecto", observou também. "A mucosa vaginal tende a manter o seu aspecto normal com um tecido espesso". A segurança e o valor da TH têm sido questionados há algum tempo.

No início da década de 1990, o estudo Women's Health Initiative sobre os efeitos da TH em mulheres na pós-menopausa sugeriu fortemente que ela aumentava significativamente o risco de demência e acidente vascular cerebral e não reduzia o risco cardiovascular. Houve pesquisas contraditórias, como o Nurses Health Study, que concluiu que a terapia reduzia o risco de demência. Dois estudos recentes concluíram o contrário.

No entanto, recentemente, uma reavaliação de investigações anteriores revelou um factor-chave que separa os benefícios da TH dos seus efeitos adversos: o momento certo. A maioria das participantes do estudo Women's Health Initiative tinha mais de 62 anos, por exemplo, altura em que já não possuíam receptores de estrogénio e já tinham desenvolvido aterosclerose.

Os dados do estudo de 1991 foram reanalisados, e o consenso entre os especialistas concorda com o novo estudo: A TH é útil durante a perimenopausa e pode ser útil mais tarde, mas com riscos definidos.

ALERT Life Sciences Computing, S.A.

União Sportiva Azoris Hotels arranca oficialmente esta noite

O Clube União Sportiva, que oficialmente toma novamente a designação de Sportiva Azoris Hotels, inicia pelas 19h45 de hoje a nova época nas provas nacionais de basquetebol feminino.

Foto CUS



O treinador Ricardo Botelho e o adjunto João Araújo

Como habitualmente, no arranque da época joga-se para a Taça Vítor Hugo, que homenageia o antigo jornalista, que dedicou muita atenção à modalidade.

Nesta 16.ª edição, o União Sportiva defronta, na fase de apuramento para os quartos de final, o Esgueira Aveiro. A competição é centralizada em Aveiro, utilizando dois pavilhões.

Sendo a prova disputada em três dias pelas doze equipas concorrentes ao campeonato da Liga, cada jogo, excepção da final, tem duas partes de 12 minutos com 5 minutos de intervalo. Se houver empate joga-se um prolongamento de 3 minutos. São apuradas para os quartos de final as equipas vencedoras e as duas que tenham perdido por menos pontos de diferença. Em caso de permanecer o empate, a qualificação recai na formação que apontou mais pontos e a manter-se a igualdade apura-se a equipa que teve melhor percentagem de lances livres na 1.ª jornada, no final do tempo normal.

O clube da ilha de São Miguel venceu esta prova nas épocas de 2015/16 (9.ª edição) e de 2018/19 (12.ª).

O União Sportiva Azoris Hotels já defrontou o Esgueira em dez ocasiões, tendo ganho oito jogos e perdido dois.

Curiosamente, na época passada, a formação de Ponta Delgada alcançou o terceiro lugar na Taça Vitor Hugo ao derrotar o Esgueira por 45-40. Ganhou na abertura à AD Ferragudo por 52-34, sendo eliminada na meia-final pelo Benfica por 30-43.

Na fase regular do campeonato de 2023/24, o Esgueira surpreendeu o Sportiva em casa, logo na 1.ª jornada, impondo uma derrota por 46-64, mas ganhando na segunda volta em Esgueira por 83-66. Não impediu a equipa de vencer a fase regular.

As duas equipas reencontraram-se nos "play off" da Liga. Derrota do União em Esgueira por 60-63 e vitórias em Ponta Delgada por 60-43 e por 61-55, garantindo a presença na final com o Benfica, onde perdeu o título com duas derrotas e um triunfo.

Equipa renovada

O treinador Ricardo Botelho e o adjunto João Araújo, que se mantém da época passada, voltam a trabalhar com uma equipa muito renovada.

Entraram as norte americanas Breamber Scott, Pamela Effangova, que actuavam em equipas universitárias, e Zafiyahv Frankiln (ex-Kansas Jayhawks), a espanhola Isabel Mbomio (ex-Galitos de Aveiro) e as portuguesas Leonor Sarralheiro (ex-Imortal de Albufeira), Mariana Carvalho (ex-Quinta dos Lombos) e Rita Rodrigues (ex-Francisco Franco, da Madeira) e, vinda da Associação Juvenil do Clube Operário Desportivo, Maria Caetano. A brasileira Monique Pereira jogou em 2023/24 pelo Sportiva, mas no período de paragem em Portugal actuou pelo Ituano, de São Paulo.

Transitam da anterior temporada Sofia Ferreira, Inês Botelho, Isabel Amaral, Carlota Cymbron e Mariana Amaral.

Saíram Eva Carregosa (Barcelona), Marta Vargas (CAB Madeira), Luana Serranho (Sporting), as norte americanas Audrey Warren, Karajan Bailey e Katherine Anderson e a lituana Ligita Beiley.

Três pré-convocadas

As atletas do União Sportiva Mariana Carvalho, Rita Rodrigues e Mariana Pereira integram o lote das 30 jogadoras (14 actuam no estrangeiro) pré convocadas para o estágio da selecção portuguesa de seniores.

A preparação visa os jogos de qualificação para o Campeonato da Europa de 2025, com a Sérvia, a 7 de Novembro, e com a Irlanda do Norte, a 10 do mesmo mês, nos países das selecções referidas.

Liga Portugal Betclic

Ronda 6 principia na Madeira

Foto Liga Portugal



Nacional da Madeira e Sporting de Braga dão hoje o pontapé de saída na 6.ª jornada do campeonato da Liga Portugal Betclic. O jogo no Estádio da Madeira principia às 19h15 (hora dos Açores).

Recorde-se, que nesta jornada o Santa Clara enfrenta amanhã o Estrela da Amadora, no Estádio de São Miguel, a partir das 14h30.

O árbitro será João Gonçalves, da Associação de Futebol do Porto, que terá como assistentes Ângelo Carneiro e André Dias, sendo o 4.º árbitro Pedro Vieira. Na Cidade do Futebol, Hélder Carvalho será o videoárbitro (VAR) coadjuvado por José Mira.

Também amanhã, o moralizado Vitória de Guimarães recebe o FC Porto, a partir das 17h00.

No domingo, o Sporting recebe o AVE (19h30) e na segunda-feira, o Benfica defronta o Boavista, no Bessa (19h15).

PROGRAMA DA 6.ª JORNADA:

Sexta-feira, dia 20 de Setembro: Nacional - SC Braga (19h15)

Sábado: Santa Clara - Est. Amadora (14h30), Rio Ave - Estoril Praia (14h30), Vitória SC - FC Porto (17h00) e Moreirense - FC Famalicão (19h30).

Domingo: Gil Vicente - Casa Pia AC (14h30), Farense - FC Arouca (17h00) e Sporting - AVS (19h30).

Segunda-feira: Boavista - Benfica (19h15).

Classificação	PTS	J	V	E	D	GM/S
1.º Sporting	15	5	5	0	0	19-2
2.º FC Porto	12	5	4	0	1	9-3
3.º Vitória SC	12	5	4	0	1	6-2
4.º FC Famalicão	10	5	3	1	1	8-3
5.º Benfica	10	5	3	1	1	9-4
6.º Santa Clara	9	5	3	0	2	9-8
7.º SC Braga	8	5	2	2	1	5-4
8.º Moreirense	7	5	2	1	2	8-9
9.º AVS	7	5	2	1	2	6-7
10.º Gil Vicente	6	5	1	3	1	5-6
11.º Casa Pia AC	6	5	2	0	3	4-7
12.º Rio Ave	6	5	2	0	3	3-6
13.º Boavista	5	5	1	2	2	3-4
14.º Estoril Praia	5	5	1	2	2	2-5
15.º Nacional	4	5	1	1	3	4-9
16.º FC Arouca	3	5	1	0	4	2-8
17.º Est. Amadora	2	5	0	2	3	3-8
18.º Farense	0	5	0	0	5	2-12

Campeonato dos Açores de Ralis prossegue com o Rali Ilha Lilás

Fotos António Bettencourt



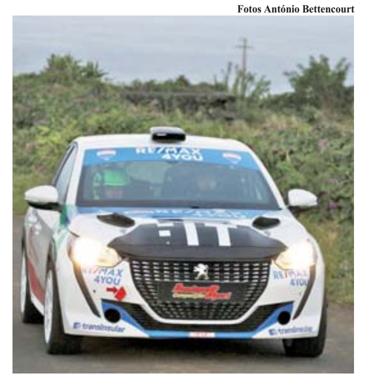
Ruben Rodrigues



Luís Miguel Rego



Rafael Botelho



Henrique Moniz

É já a partir desta sexta-feira, que se realiza mais uma prova da edição de 2024 do Campeonato dos Açores de Ralis. Com organização do Terceira Automóvel Clube, o XXVII Além Mar Rali 45.º Ilha Lilás constitui-se como a próxima jornada, a quarta das sete previstas para este ano, que as 56 formações inscritas vão ter de disputar.

Divulgada a lista de inscritos à prova terceirense, naturalmente destaca-se a participação dos protagonistas pelo ceptro absoluto de ralis este ano, nomeadamente as duplas Rúben Rodrigues/António Costa e Luís Miguel Rego/José Janela que são os actuais primeiro e segundos classificados absolutos, distando, à entrada deste rali, uns escassos oito pontos. Presentes estão também as duas formações que têm vindo a deter mais visibilidade nas últimas duas provas no que às viaturas de tracção não integral diz respeito. Rafael Botelho/Rui Raimundo e Henrique Moniz, que neste rali se faz acompanhar pelo experiente Vítor Hugo, prometem voltar a esgrimir argumentos par animar a contenda pela competição, com o campeão de 2023 à espreita, uma vez que Filipe Marques e Edgar Silva também vão à Terceira e vão aproveitar ao máximo qualquer deslize dos homens da frente.

Nota ainda para a presença de António Dias/Miguel Azevedo, que trazem da Lousada um Volkswagen Polo R5 para fazerem mais um rali este ano, depois da participação no Rali Vinho da Madeira, sendo que nos últimos dois anos, o piloto tem andado pelo rallycross. Bruno Amaral e Paulo Silva voltam igualmente a marcar presença em mais uma prova deste ano, na expectativa que os azares terminem e possam materializar em resultado o andamento que têm imposto. Também o micaelense Sérgio Silva volta a tirar da garagem o Subaru estreado na ilha do Faial este ano, para, com Roberto Pires, cumprirem este rali. O graciosense Cláudio Bettencourt também marcará presença, depois de um interregno feito em algumas provas de 2024.

Tudo isto e muito mais para dizer que mais uma vez, em 2024, volta-se a contar com 56 pontos de interesse numa luta que não se faz apenas pelo topo da tabela, mas por todas as classes e grupos, numa prova que será desenrolará por dois dias, com disputa de três provas especiais esta sexta-feira, a saber, Ladeira Grande e duas passagens pela super especial citadina Clubauto. Amanhã serão oito, as provas especiais a disputar, com dupla passagem, de manhã por Arrochela e Altares, e à tarde, por Cinco Ribeiras e Caminho de Cima. A segunda passagem por Caminho de Cima será o palco da powerstage. O itinerário idealizado pela equipa do Terceira Automóvel Clube tem extensão cronometrada de quase 81 km, num total de 217,46 km.

Femininos do Clube Kairós com equipa muito renovada

A equipa feminina do Clube Kairós (K) compete pela 14.ª vez (8.ª consecutiva) no Campeonato Nacional da Primeira Divisão de voleibol com uma equipa muito alterada em relação à da época passada.

Transitam a capitã de equipa Katia Oliveira, a líbero Maria Sol Onofri e a zona 4 Shirel Ganah. Para além destas jogadoras continuam, à semelhança da época anterior, a trabalhar com a equipa sénior as atletas açorianas Raquel Gonçalves (ainda juvenil), e já chamada à selecção nacional Sub-21, e a líbero Beatriz Santos (júnior).

Esta época as novas jogadoras são a norte americana Kennedi Evans, da equipa Hawai´i; a argentina Tatiana Vera, da formação espanhola Feel Alcobendas; a sérvia Milica Vukovic, do Jedinstvo Užice; a japonesa Kanna Hanazawa, ex- Saitama Ageo Medics; a chinesa Wing Chim, oriunda do Hip Hing, e as brasileiras Kaoane Loch, que jogava na equipa Fedes Ascensores La Laguna, de Tenerife, e Thuany Bardin, que atuava no Sporting Clube de Portugal. São também jogadoras do Clube K as atletas angolanas Kelsia Canoa e Etelvina Ngunz, ambas provenientes da equipa angolana Blue Volei.

Saíram da equipa da época passada a atleta Maria Corbalan, que se encontra a recuperar de lesão e ainda sem clube, as norte americanas Hannah Ammerman e Ashley Watkins, também sem clube, a atleta canadiana Arielle Palermo, igualmente sem clube, a japonesa Wakana e as atletas brasileiras Franciele Silva, que ingressou no Pato Vôlei, e Ariadne Borges, a representar o Ceara Sporting Clube.

A equipa técnica do conjunto feminino terá João Carronha como treinador principal, Gonçalo Machado e Carlos Reis, como treinadores adjuntos. David Oliveira é o fisioterapeuta.

A equipa está a treinar na ilha de São Miguel desde 3 de Setembro. Está agendado um estágio nos dias 2 e 3 de Outubro no Continente.

A estreia no campeonato é em Guimarães, frente ao Vitória SC, a 6 de Outubro e o primeiro jogo como visitada é ante o Castelo da Maia.

A equipa realizará todos os jogos no Pavilhão Desportivo da Kairós, na Fajã de Baixo.

Com as alterações regulamentares regionais, o Clube Kairós, apesar de ter sido convidado pela Federação Portuguesa de Voleibol para participar novamente na Women Challenge Cup, esta época não irá participar nas competições europeias.

Recorde-se que a equipa foi nona classificada na primeira fase, disputada a pontos e numa só volta, ganhando a série de manutenção/descida na primeira posição com 10 vitórias em outros tantos jogos.

No “playoff” de Taça Federação afastou o Sporting de Braga com os triunfos por 3-0 e por 3-2.

Masculinos na Zona Açores

A formação masculina participa pelo terceiro ano seguido na zona Açores da Segunda Divisão nacional.

A equipa será constituída pelos mesmos jogadores da época passada mais o atleta angolano Ricardo Savity, que na época passada jogava na equipa do CD Marienses e que vem ocupar o lugar do jogador brasileiro José Radwanski, que regressou ao Brasil. A equipa contará ainda com os atletas juniores Xavier Machado, André Medeiros e Francisco Almeida.

A equipa técnica terá como treinador principal Yuri Madeira, antigo jogador do Clube Kairós nas épocas em que participou na Primeira Divisão, e terá como treinador adjunto Simão Neves.

Os jogos serão realizados no Pavilhão do Clube Kairós, na Fajã de Baixo, e os treinos tiveram início no dia 3 de Setembro.

Quinta se sexta-feira da próxima semana serão realizados, na Fajã de Baixo, jogos treino com a equipa da Associação de Jovens da Fonte de Bastardo, que volta a jogar na Primeira Divisão.

O Clube K venceu as duas últimas edições da zona Açores, mas não logrou ascender á Primeira Divisão na fase de subida. Foi quarto classificado na transacta temporada com 5 vitórias e 5 derrotas.

Foto Clube K



Equipa feminina treina desde 3 de Setembro na Fajã de Baixo

"O nosso objectivo é subir para a II Divisão Nacional de Futsal", assume Pedro Ramos, treinador do Grupo Desportivo Casa do Povo Livramento

Com uma descida que "deixa sempre marcas" o GDCP Livramento prepara a próxima época onde irá competir na Série Açores. O plantel sofreu algumas reformulações, mas para Pedro Ramos o importante foi manterem grande parte dos jogadores do ano passado.

Correio dos Açores – A descida da segunda divisão para a Série Açores foi algo que afectou a equipa?

Pedro Ramos (treinador dos seniores do GDCP Livramento) – Afecta sempre. Foi complicado, principalmente porque só descemos na última jornada. Vínhamos numa boa série de jogos em casa, ganhamos muitos pontos no fim mas, infelizmente, não foi suficiente. Ficamos numa situação em que já não dependíamos de nós no último jogo e acabamos por descer.

O que faltou para a equipa se manter na segunda divisão?

Acima de tudo faltou-nos qualidade em algumas posições. Não tínhamos pivô e a vinda do Kayk veio dar uma dinâmica diferente à nossa equipa e à forma como começamos a abordar os jogos. Notou-se isso principalmente em casa contra o Portimonense, Macedense e o Modicus, sendo o Portimonense e o Modicus duas equipas de primeira divisão que desceram o ano passado para a segunda.



Qual é o objectivo do clube para a época que se aproxima?

Não escondemos qual é o nosso objectivo. Embora tenhamos muito respeito pelas outras equipas, e sabendo que teremos de ganhar a nossa série, que não é fácil, o nosso objectivo é subir. Se ganharmos a nossa série, teremos de disputar a fase final, que para quem tiver a felicidade de lá chegar será muito complicada.

É o único treinador de uma equipa micaelense presente na Série Açores que transita de um ano para o outro. Sente que isto lhe dá alguma vantagem?

Vantagem tens sempre quando transitas de um ano para o outro e esta é a minha terceira época no Grupo Desportivo Casa do Povo Livramento. Uma das minhas maiores dificuldades o ano passado, foi ter mudado a equipa quase toda em Dezembro. Até os jogadores perceberem minimamente o que eu queria, e eu perceber quais eram os seus hábitos e as suas rotinas, ainda demorou tempo. Às vezes o aspecto táctico é importante mas não é o mais importante. É preciso conhecer os jogadores.

O GDCP Livramento tem como objectivo regressar à Segunda Divisão?

Sem dúvida. Mas temos de começar por baixo, pelas camadas jovens. A base da pirâmide é as camadas jovens, é o jogador açoriano. Temos alguns no nosso plantel como por exemplo o Roro, o João ou o Lázaro. Temos ainda o Diogo Dias que é cada vez mais açoriano e também recrutamos o Simão este ano que acreditamos que se insere neste contexto juntamente com o Carroça. Depois temos de ser inteligentes no mercado estrangeiro. Cuidadosamente temos de ir recrutar jogadores que venham para acrescentar qualidade.

É difícil recrutar jogadores para virem jogar nos Açores?

É difícil recrutar jogadores para virem jogar nos Açores até na Segunda Divisão. Acima de tudo, o GDCP Livramento ainda não é um histórico. Para se ter noção, tentamos o ano passado contratar um guarda-redes em Dezembro e falamos com 16. Ninguém, que tivesse qualidade suficiente para acrescentar ao plantel, queria vir para os Açores. Tivemos a sorte de recrutar os três jogadores brasileiros que decidiram arriscar vir para os Açores, mesmo sem conhecer.

A maioria das pessoas que estão por dentro do futsal afirma que esta será a Série Açores mais forte que já houve. Concorda?

Não podemos desvalorizar as Série Açores que existiram no passado. Lembro-me, por exemplo, de quando estava nos comandos do Santa Clara B, que o Lusitânia tinha uma equipa fortíssima na Série Açores. Tinham uma equipa de Segunda Divisão. E no ano em que o GDCP Livramento venceu a Série Açores, não era, supostamente, candidato a vencer. A competição é que irá dizer se esta Série Açores tem equipas mais fortes ou mais fracas. É uma competição curta e depende muito da forma como se entra na competição.

Concorda que há falta de competitividade, especialmente na pré-época...?

O ano passado tivemos este problema, especialmente em fazer jogos treino. E depois os poucos jogos de treino que conseguimos fazer, nunca foram testes. Começamos o primeiro jogo da época, contra o Vitória de Setúbal, praticamente às escuras como se costuma dizer. Sentimo-nos essa dificuldade porque, no continente, as equipas podem disputar jogos contra equipas da Terceira, Segunda e mesmo da Primeira Divisão. Isto ajuda muito na planificação.

Temos de perceber que o campeonato de São Miguel não é tão competitivo como era porque temos quatro equipas na Série Açores. Não é fácil. E o mesmo acontece com o futsal na Terceira, onde têm uma equipa na Primeira Divisão, outra na Segunda e quatro na Série Açores.

Se calhar não temos praticantes suficientes para manter estes clubes regionais.

Cada vez mais vemos clubes a abrir e a fechar no ano a seguir. Deveria de haver outro apoio por parte da AFPD?

Em minha opinião a Associação de Futebol de Ponta Delgada apoia demasiado. Fazem formações e quase ninguém aparece. Há pessoas, na Associação, qualificadas que se forem requisitadas, acredito que vão comparecer e vão ajudar. Agora se nos isolarmos, e isto foi uma coisa que aprendi na Segunda Divisão, não avançamos.

Por exemplo, na Segunda Divisão foi criado um grupo, numa rede social, onde havia a obrigação de colocar, aos Domingos, o vídeo do nosso jogo que tinha sido disputado. Isto é uma grande ferramenta para se poder crescer. Conhecíamos os jogadores das equipas adversárias, eles também conheciam os nossos, e íamos trocando informações. Lembro-me de falar com um concorrente meu, a falar sobre a possibilidade de nos sugerir um guarda-redes, e ele a ver. É uma mentalidade diferente.

A falta de atletas na formação é algo que se verifica no GDCP Livramento?

Felizmente temos muita massa humana, mas não posso dizer se isto se aplica a todos os clubes. Temos mais de 100 praticantes nos escalões de formação, mas não sei se todos têm este número de praticantes.

Como será feita a articulação entre formação e plantel sénior?

Em primeiro lugar criamos a equipa B. E o projecto da equipa B passa por nem haver treinos específicos da equipa B. Isto acontece devido à carga que a equipa A tem, que treina pelo menos quatro vezes por semana, e os Juniores têm três treinos. Decidimos então que a equipa B seria composta por cinco juniores e cinco seniores que irão competir. Normalmente também temos juniores que treinam connosco durante a semana. É algo rotativo.

O facto de ter alguns atletas profissionais dá ao GDCP Livramento alguma vantagem?

Sim, especialmente a nível de mentalidade. A mentalidade deles e o facto de estarem focados 24 horas em serem campeões dá-nos alguma vantagem.

O que falta ao jogador açoriano para competir num patamar mais elevado?

Em primeiro lugar, e já o digo há uns anos, a Série Açores tem de deixar de existir. Se houver a terceira divisão nacional, com as equipas dos Açores a competir regularmente com as do continente, de certeza que irão aparecer mais jogadores açorianos. Depois temos de ter equipas em divisões mais acima. Se isto acontecer, o jogador açoriano terá mais hipóteses de se mostrar. Como exemplo temos o Rodrigo que está connosco. Teve a oportunidade de se mostrar na segunda e surgiram propostas por ele para jogar noutra divisão.

Teme perder jogadores e ter de reformular novamente a equipa, caso suba de divisão?

Já estamos a ver possíveis jogadores. Aprendi, no ano passado, que ser treinador numa segunda divisão tem que ser durante os sete dias. O ano passado conseguimos fazer treinos bi-diários e depois ainda fazíamos sessões onde víamos os jogos e analisávamos os adversários.

Posso dizer que já tenho jogadores que estão apalavrados para o ano, não quer dizer que eles venham mas, se subir, já tenho jogadores apalavrados para outro contexto.

Como se pode promover o futsal?

Estamos a tentar, mas não está a ser fácil, organizar um torneio. Possivelmente só iremos conseguir trazer o Barbarense para a apresentação. Se conseguirmos organizar torneios aliciantes, quiçá no futuro trazer alguma equipa da primeira divisão, isto motiva, nem que seja a curiosidade. Houve dois clubes que me chamaram à atenção: o Boa Esperança e o Retaxo. A forma como eles incentivavam as camadas jovens. Entravamos com os miúdos, os jogos da formação eram marcados para antes dos seniores. É impressionante a dinâmica deles. São situações que devemos de pensar no futuro. E o marketing também é muito importante.

Tem algo mais a acrescentar?

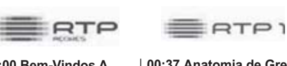
Cada vez mais queremos mais praticantes, mas também temos de ir atrás deles. Quando falo em marketing, falo em convencer os miúdos e criar o 'bichinho' pela modalidade. Se ficarmos sentados à espera que uma publicação na internet faça este trabalho, não vai acontecer. Este é um dos projectos que temos aqui no GDCP Livramento com os jogadores de fora onde vamos às escolas e tentamos dinamizar a imagem do clube.

Frederico Figueiredo

Júlia - SIC



Goucha - TVI



RTP Açores

00:00 Bem-Vindos A Beirais T4 - Ep. 237
00:44 Biosfera T22 - Ep. 8
01:12 Nada Será Como Dante T4 - Ep. 5
01:37 Consulta Externa - Ep. 19
02:12 Conselho De Redação - Ep. 8
03:12 Açores Hoje - Ep. 163
04:06 Telejornal Açores
04:41 Grandiosa Enciclopédia Do Ludopédio T10 - Ep. 25
05:31 Visita Guiada T14 - Ep. 9
06:19 Terra 4.0 T1 - Ep. 3
06:28 Sociedade Civil T20 - Ep. 123
07:30 Zig Zag T19 - Ep. 14
07:45 Zig Zag T19 - Ep. 15
08:00 Bom Dia Portugal - Ep. 190
09:00 Açores Hoje - Ep. 163
09:53 Casa Do Tempo - Ep. 26
10:00 RTP3 / RTP Açores
13:00 Jornal da Tarde - Açores
13:20 1ª Fila - Ep. 28
13:30 Biosfera T21 - Ep. 9
14:00 RTP3 / RTP Açores
16:00 Noticias Do Atlântico - Açores
16:30 Nada Será Como Dante T3 - Ep. 40
17:00 Açores Hoje - Ep. 164
17:52 Rumos T15 - Ep. 33
18:22 Cultura Açores T5 - Ep. 17
18:53 Conselho De Redação - Ep. 8
20:00 Telejornal Açores
20:38 Primeira Pessoa T5 - Ep. 11
21:13 Parlamento Açores - Ep. 18
22:13 Portugueses Pelo Mundo - Comunidades T2 - Ep. 5
22:48 Lusitânia - Ep. 2

RTP1

00:37 Anatomia de Grey T18 - Ep. 12
01:17 Amor Sem Igual - Ep. 26
02:28 Televendas
05:00 Bom Dia Portugal
09:00 Praça da Alegria
11:59 Jornal da Tarde
13:15 Amor Sem Igual - Ep. 27
14:30 A Nossa Tarde
16:30 Hóquei: Camp. Mundo TRANSMISSÃO EM DIRETO
A 46.ª edição do Campeonato do Mundo de Hóquei em Patins realiza-se em Novara, em Itália, de 16 a 22 de Setembro. Portugal está inserido no Grupo A, defrontando na fase de grupos os Estados Unidos, Angola e Argentina.
18:00 O Preço Certo
18:59 Telejornal
20:00 A Prova Dos Factos T3 - Ep. 22
20:30 Joker T8 - Ep. 63
Vasco Palmeirim apresenta o JOKER, o concurso favorito dos portugueses. Um concorrente, com a ajuda de 7 Jokers e do Super Joker, responde a 12 perguntas com um só objetivo em mente: Conquistar os 50 000 euros do prémio máximo!
21:30 Alguém Tem De O Fazer T1 - Ep. 8
22:30 Buba Espinho & Luís Trigacheiro no Hipódromo Manuel Possolo

RTP2

16:00 Zig Zag
16:01 Kiri E Lou T1 - Ep. 4
16:10 Numberblocks T1 - Ep. 5
16:15 Vegesaurs T1 - Ep. 5
16:20 O Diário de Alice - Ep. 13
16:25 Gigantosaurus T2 - Ep. 16
16:35 O Hotel Felpudo T1 - Ep. 16
16:45 Pfffiratas - Ep. 50
16:55 Dinoster: Os Heróis Quânticos - Ep. 22
17:05 A Ovelha Choné T6 - Ep. 8
17:10 Zig, Zag, Zzz E Amigos - Ep. 5
17:17 Robin dos Bosques - Travessuras em Sherwood T1 - Ep. 49
17:35 Luke, O Viajante No Tempo - Ep. 36
17:50 Sempre Atrasados T2 - Ep. 5
18:00 Radar XS
18:05 O Leonel Das Moscas T1 - Ep. 5
18:15 Academia De Super-Heróis - Ep. 5
18:30 A Minha Cena T2 - Ep. 1
18:40 Mini Ninjas T2 - Ep. 28
18:50 O Mundo Fantástico De Tom Gates - Ep. 5
19:04 Boss Baby Volta A Bombar T2 - Ep. 10
19:25 As Regras Da Flora T1 - Ep. 5
19:32 Crias - Ep. 10
19:37 Folha de Sala
19:40 Engenharia Antiga T2 - Ep. 3
20:30 Jornal 2
21:00 O Escândalo Dos Correios - Ep. 4
22:00 Folha de Sala
22:05 Memória

SIC

00:45 Passadeira Vermelha T11 - Ep. 178
01:05 Cartaz - Ep. 20
02:00 Volante T30 - Ep. 12
02:15 Terra Brava - Ep. 277
02:40 Televendas
03:45 Passadeira Vermelha T11 - Ep. 177
05:00 Edição Da Manhã
07:30 Alô Portugal T16 - Ep. 178
09:00 Casa Feliz T5 - Ep. 189
12:00 Primeiro Jornal
13:45 Querida Filha - Ep. 50
14:45 Linha Aberta T10 - Ep. 162
'Linha Aberta, com Hernâni Carvalho' um programa conduzido pelo próprio, que propõe analisar, debater, esmiuçar casos célebres da criminalidade e justiça portuguesa. Todos os dias será abordado um tema diferente. O tema do dia é lançado com uma peça de fundo, apoiada por testemunhos e por material de arquivo.
15:30 Júlia T7 - Ep. 166
Vidas inspiradoras, conversas inesquecíveis num espaço certo para receber, ouvir e surpreender. Histórias de vida que ficam para sempre. Um programa de Júlia Pinheiro.
17:30 Terra E Paixão - Ep. 79
19:00 Jornal Da Noite
20:45 A Promessa - Ep. 73
21:45 Senhora Do Mar - Ep. 164
22:45 Nazaré - Ep. 35

TVI

01:00 O Beijo do Escorpião - Ep. 143
02:45 TV Shop
04:30 Os Batanetes
04:50 As Aventuras Do Gato Das Botas
05:15 Diário Da Manhã
08:55 Dois às 10
11:58 TVI Jornal
13:00 TVI - Em Cima da Hora
13:30 A Sentença
14:30 A Herdeira - Ep. 341
15:15 Goucha
Um programa de histórias e partilha de experiências de vida. Manuel Luís Goucha recebe diariamente vários convidados, para conversas emocionantes.
17:00 Secret Story: Última Hora
18:00 Secret Story: Diário
18:57 Jornal Nacional
20:15 Secret Story: Especial
20:45 Cacau - Ep. 186
21:45 Festa É Festa - Ep. 986
O dia a dia dos habitantes de Belavida, uma aldeia que este ano petende ter a melhor festa de sempre! Não só porque a D. Corcovada faz 100 anos e merece uma grande comemoração, mas também porque se sabe que a TVI vai emitir a festa em direto. Albino e Tomé disputam a organização e a confusão está instalada.
22:45 Secret Story: Extra

Qualquer alteração à programação que publicamos é da responsabilidade das respectivas estações

signos



Astrólogo Luís Moniz
site: http://meiodoceu-com-sapo-pt.webnode.pt



CARNEIRO (21/03 a 20/04)

A ocasião é ideal para evitar as rotinas habituais de modo a conseguir desenvolver contactos, que possam contribuir para a evolução da carreira.



BALANÇA (23/09 a 23/10)

Durante esta fase auspiciosa em que prevêem-se melhorias no sector económico, assuma as suas responsabilidades e reajuste estratégias de atuação.



TOURO (21/04 a 20/05)

Pode vivenciar momentos agradáveis no ambiente do seu lar. Aproveite este ciclo de crescimento sentimental para estabelecer relações proveitosas.



ESCORPIÃO (24/10 a 21/11)

É o momento certo para tratar do lado prático da vida. No entanto, afaste o marasmo e encare sem receio todos os desafios que possam agora surgir.



GÉMEOS (21/05 a 20/06)

No trabalho, tudo tende a acontecer de acordo com as suas ideias. Esperam-se progressos em termos profissionais que beneficiam a área financeira.



SAGITÁRIO (22/11 a 20/12)

Começa uma longa temporada em que pode concretizar um grande sonho. Trata-se de uma época bastante protegida, que lhe vai proporcionar benesses.



CARANGUEJO (21/06 a 22/07)

No amor, adote uma postura generosa e tente lidar com as questões familiares de forma compreensiva. É tempo de resolver de vez problemas antigos.



CAPRICÓRNIO (21/12 a 19/01)

Preste atenção às oportunidades inesperadas que marcam esta época positiva em que vai obter resultados surpreendentes. Todavia, tome iniciativas.



LEÃO (23/07 a 22/08)

As suas capacidades individuais estão particularmente reforçadas e sente que tem a energia necessária para levar por diante todas as suas tarefas.



AQUÁRIO (20/01 a 19/02)

A conjuntura possibilita-lhe resolver de vez certas dúvidas que prejudicam a harmonia relacional. Porém, mantenha a calma e seja muito perspicaz.



VIRGEM (23/08 a 22/09)

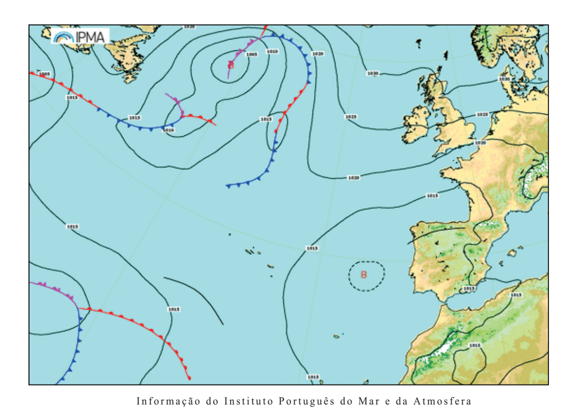
Atravessa um período em que vai precisar de reestruturar plenamente a sua vida. Procure dar o melhor de si principalmente em assuntos domésticos.

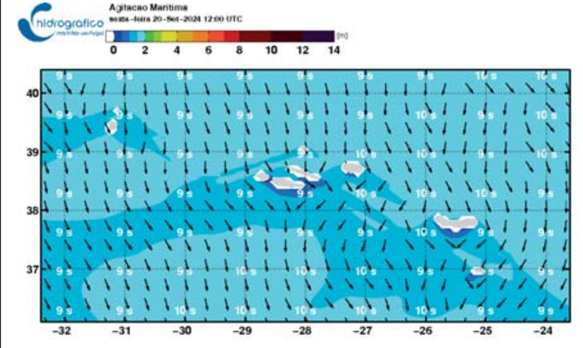


PEIXES (20/02 a 20/03)

Embora percorra uma etapa difícil e pouco produtiva, defenda os seus sentimentos, domine as suas emoções e acredite que em breve a sua vida muda.

Previsão do estado do tempo nos Açores





Informação do Instituto Português do Mar e da Atmosfera



GRUPO OCIDENTAL
Períodos de céu muito nublado com boas abertas.
Aguaceiros fracos.
Vento oeste bonançoso (10/20 km/h), tornando-se fraco (05/10 km/h).

ESTADO DO MAR
Mar de pequena vaga, tornando-se encrespado.
Ondas noroeste de 1 a 2 metros, passando a norte.
Temperatura da água do mar: 24ºC

GRUPO CENTRAL
Períodos de céu muito nublado com boas abertas.
Aguaceiros, em geral fracos.
Vento norte bonançoso (10/20 km/h), tornando-se fraco (05/10 km/h).

ESTADO DO MAR
Mar de pequena vaga, tornando-se encrespado.
Ondas do quadrante norte de 1 a 2 metros.
Temperatura da água do mar: 24ºC

GRUPO ORIENTAL
Períodos de céu muito nublado com boas abertas.
Aguaceiros fracos e pouco frequentes.
Vento norte bonançoso a moderado (10/30 km/h).

ESTADO DO MAR
Mar de pequena vaga a cavado.
Ondas norte de 1 a 2 metros.
Temperatura da água do mar: 25ºC

ESTATUTO EDITORIAL

1 - O Correio dos Açores define-se como um órgão de comunicação social de grande informação regional.

2- O Correio dos Açores orienta-se por critérios de rigor e criatividade editorial, sem qualquer dependência de ordem ideológica, política e económica.

3- O Correio dos Açores afirma-se ainda como um porta-voz dos princípios e valores defendidos e aceites pelos Açoreanos na defesa da sua Autonomia e no integral respeito pelos princípios consagrados na Constituição da República.

4 - O Correio dos Açores procurará veicular temas sociais, políticos e culturais diversificados, correspondendo às motivações e interesses de um público plural, debatendo ideias susceptíveis de promoverem o enriquecimento da opinião pública, sempre norteados pelos valores éticos e cívicos.

5 - O Correio dos Açores compromete-se a assegurar o respeito pelos princípios deontológicos e pela ética profissional dos jornalistas, assim como a boa-fé dos seus leitores.

INFORMAÇÕES DE UTILIDADE PÚBLICA

FARMÁCIAS

Ponta Delgada – Farmácia Popular
Rua Machado dos Santos 34
Telefone: 296 205 530

Ribeira Grande - Farmácia Ribeirinha
Rua Direita 1ª Parte, Nº1
Telefone: 296 479 202

HOSPITAIS

Ponta Delgada - 296 203 000
Nordeste - 296 488 318 - 296 488 319
Vila Franca - 296 539 420
Ribeira Grande - 296 470 500
Povoação - 296 585 197 - 296 585 155

POLÍCIA

Ponta Delgada - 296 282 022, 296 205 500 e 296 629 630
Trânsito - 296 284 327
Ribeira Grande 296 472 120, 296 473 410
Lagoa - 296 960 410
Vila Franca - 296 539 312
Furnas - 296 549 040, 296 540 042
Povoação - 296 550 000, 296 550 001, 296 550 005 e 296 550 006
Nordeste - 296 488 115, 296 480 110, 296 480 112 e 296 480 118
Maia - 296 442 444, 296 442 996
Rabo de Peixe - 296 491 163, 296492033
Capelas - 296 298 742, 296 989 433
Santa Maria - 296 820 110, 296 820 111, 296 820 112 e 296 820 110

GNR

Largo Dr. Manuel Carreiro, 9504-514 Ponta Delgada
Tel: Fixo: 296 306 580 / Fax: 296 306 598
Email: ct.acr@gnr.pt

POLÍCIA MUNICIPAL

Rua Manuel da Ponte, n.º 34
9500 – 085 Ponta Delgada
Tel. 296 304403/91 7570841
Fax: 296 304401
E-Mail: policiamunicipal@mpdelgada.pt

BOMBEIROS

Ponta Delgada - Urgência 296 301 301
Normal 296 301 313
Ginetes - 296950950
Nordeste - 296488111
Vila Franca - 296539900
Ribeira Grande: 296 472318, 296 470100
Lomba da Maia - 296446017, 296446175
Povoação - 296 550050, 296 550052
Centro de Enfermagem Bombeiros de Ponta Delgada
Todos os dias das 17h00 – 20h00
Incluindo Sábados, Domingos e Feriados

MARINHA

Centro de Coordenação de Busca e Salvamento Marítimo (MRCC Delgada)
Tel. 296 281 777
Polícia Marítima de Ponta Delgada (PM Delgada)
Tel. 917 764 428

PORTO DE ABRIGO

Estação Costeira Porto de Abrigo
Tel. 296 718 086

GABINETE DE APOIO À VÍTIMA

296 285 399 (número regional)
707 20 00 77 (número único)
apav.pontadelgada@apav.pt
2.ª a 6.ª das 9:30 às 12:00 e das 13:00 às 17:30

MUSEUS

Ponta Delgada
Museu Carlos Machado
Inverno (de 1 de Outubro a 31 de Março)
Terça a Domingo, das 9h30 às 17h00
Verão (de 1 de Abril a 30 de Setembro)
Terça a Domingo, das 10h00 às 17h30
Museu Hebraico Sahar Hassamaim de Ponta Delgada - Portas do Céu (Sinagoga)
Segunda a Sexta, das 13h00 às 16h30
Museu Militar dos Açores
De 2ª a 6ª feira das 10h00 às 18h00
Sábado e Domingo das 10h00 às 13h30 e das 14h00 às 18h00
Encerrado aos feriados

Ribeira Grande
Museu Municipal
Museu "Casa do Arcano"
Museu da Emigração Açoriana
Museu Vivo do Franciscanismo
Casa Lena Gal
Aberto de 2ª a 6ª - 09h00/17h00

Museu Municipal do Nordeste
Aberto de 2.ª a 6.ª das 09h00 às 12h00 e das 13h00 às 16h00

Povoação
Museu do Trigo
De Segunda a Sexta das 09h00 às 17h00
Sábados, Domingos e Feriados das 11h00 às 16h00

SERVIÇOS CULTURAIS

Ponta Delgada
Biblioteca Pública e Arquivo Regional de Ponta Delgada
Horário de inverno (Outubro a Junho)
De 2.ª a 6.ª das 9h00 às 19h00
Sábado das 14h00 às 19h00
Horário de Verão (Julho a Setembro)
De 2.ª a 6.ª das 9h00 às 17h00
Sábado encerrado
Biblioteca Municipal Ernesto do Canto
Rua Ernesto do Canto s/n 9500-313
Tel: 296 286 879; Fax: 296 281 139
Email: biblioteca@mpdelgada.pt
Horário: 2ª a 6ª feira das 10h00 às 18h00
Horário de verão (durante as férias escolares): 2ª a 6ª feira das 8h30 às 16h30

Ribeira Grande
Arquivo Municipal; Biblioteca Municipal
De 2ª a 6ª feira das 9h00 às 17h00

Povoação
Biblioteca:
De Segunda a Sexta das 09h00 às 17h00

Ribeira Grande
Centro Comunitário e de Juventude de Rabo de Peixe
Teatro Ribeiragrandense
Horário da 2ª a 6ª das 9h00 às 17h00

MISSAS

Semana - 08.00 – *Santuário Senhor Santo Cristo dos Milagres;* **09.00** - *Santuário Senhor Santo Cristo dos Milagres, à Sexta-feira);* **12.30** – *Igreja Paroquial da Matriz (São Sebastião);* **18.00** – *Igreja Imaculado Coração de Maria e Igreja Paroquial de São José;* **19.00** – *Igreja Paroquial de São Pedro, Igreja de Nossa Senhora de Fátima, (de terça-feira à sexta feira) e Igreja Paroquial de Santa Clara (de Quarta-feira à Sexta feira); (Terça-feira e Quinta-feira às 19 horas), Igreja de Nossa Senhora da Oliveira - Fajã de Cima*

Sábado - 08.00 – *Santuário Senhor Santo Cristo dos Milagres;* **12.30** - *Igreja Paroquial da Matriz (São Sebastião);* **16.00** – *Igreja Nª Sra. Das Mercês;* **16,30** - *Nossa Sra. de Fátima;* **17.00** – *Clínica do Bom Jesus (Suspensa);* **17.30** – *Igreja Imaculado Coração Maria (S. Pedro);* **18.00** – *Igreja Paroquial de S. JOSÉ e Igreja Paroquial de Santa Clara;* **19.00** - *Igreja Paroquial de São Pedro, Igreja Nossa Senhora Fátima e Igreja de Nossa Senhora da Oliveira - Fajã de Cima*

Domingo - 08.00 – *Santuário Senhor Santo Cristo dos Milagres;* **09.30** – *Clínica Do Bom Jesus (Suspensa);* **10.00** – *Igreja Matriz e Igreja Imaculado Coração de Maria (S. Pedro) e Igreja Paroquial Santa Clara;* **10.30** – *Casa de Saúde Nª Sra. Conceição e Hospital Divino Espírito Santo (Suspensa);* **11.00** – *Igreja Paroquial São Pedro e Igreja Paroquial de São José;* **11.30** - *Igreja de Nossa Senhora da Oliveira - Fajã de Cima;* **12.00** – *Igreja Matriz, Santuário Santo Cristo e Igreja Nossa Senhora Fátima;* **12.15** – *Ermida de São Gonçalo (São Pedro)*;* **17.00** – *Igreja Paroquial da Matriz (São Sebastião);* **18.00** – *Igreja Paroquial São José **;* **19.00** – *Igreja Paroquial São Pedro*

** Não há no mês de Agosto*

*** Nos meses de Julho e Agosto não haverá Eucaristia Dominical às 18h00, na Igreja de São José. Esta será retomada no 1º Domingo do mês de Setembro.*

MOVIMENTO AÉREO



Azores Airlines
Chegada a Ponta Delgada de:
Funchal: 06:45, 16:00
Lisboa: 07:30, 14:05, 15:40, 20:55
Porto: 14:00, 21:00, 23:40
Toronto: 06:40
Boston: 06:05

Partida de Ponta Delgada para:
Funchal: 10:50, 20:40
Lisboa: 08:25, 09:50, 15:15, 21:50
Porto: 08:20, 15:20, 18:30
Toronto: 16:50
Boston: 18:05

Air Açores
Chegada a Ponta Delgada de:
Flores: 13:50, 18:00
Corvo: 10:25, 17:20
Horta: 11:35, 14:35, 19:25
Pico: 11:15, 15:05, 19:50, 20:45
São Jorge: 11:50, 16:30,
Santa Maria: 07:55, 13:40, 18:25, 20:25, 21:25
Terceira: 10:20, 13:45, 18:05, 20:25, 20:40, 22:05

Partida de Ponta Delgada para:
Flores: 08:35, 12:20
Corvo: 07:00, 11:00
Horta: 07:15, 12:20, 15:05
Pico: 07:00, 10:50, 15:35, 18:35
São Jorge: 07:45, 14:10
Santa Maria: 06:30, 12:15, 17:00, 18:55, 20:00
Terceira: 08:25, 11:50, 14:15, 14:50, 18:20, 20:05, 21:20



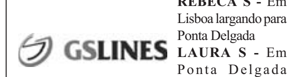
TAP
Chegada a Ponta Delgada de:
Lisboa: 09:40, 18:40, 23:45

Partida de Ponta Delgada para:
Lisboa: 06:30, 10:45, 19:55

MOVIMENTO MARÍTIMO

NAVIOS DA TRANSINSULAR

INSULAR - Na Horta largando para o Pico e Ponta Delgada
MONTE DA GUIA - Em viagem da Praia da Vitória para Leixões
S. JORGE – Nas Flores largando amanhã para as Velas
MARGARETHE – Em Ponta Delgada



REBECA S - Em Lisboa largando para Ponta Delgada
LAURA S - Em Ponta Delgada largando para Lisboa

NAVIOS DA MUTUALISTA AÇOREANA

CORVO – Em Lisboa, largando para Ponta Delgada
PONTA DO SOL – Em Velas, largando para Ponta Delgada



Transporte Marítimo Parece Machado, Lda

BAÍA DOS ANJOS
- Sem informação

EFEMÉRIDES

1992 - Os franceses aprovam o Tratado de Maastricht com 50,82 por cento dos votos.

1993 - Ferrer Correia, 81 anos, é eleito presidente da Fundação Calouste Gulbenkian.

1994 - A escritora portuguesa Sophia de Mello Breyner Andresen ganha o Prémio Vida Literária, da Associação Portuguesa de Escritores.

1997 - Massacre na Argélia, em Medéa. São assassinadas 53 pessoas.

2001 - Mil ulemas de Cabul declaram a Jihad (Guerra Santa) aos EUA.

- Toma posse o primeiro Governo composto por timorenses, com um total de 10 pastas ministeriais, dirigido por Mari Alkatiri.

2002 - A Polícia Judiciária prende em Lisboa Abu Salem, acusado pelas autoridades indianas de envolvimento no ataque bombista que, em 1993, causou a morte de 257 pessoas, na Índia.

2003 - O escritor português António Lobo Antunes recebe, na Roménia, o Prémio Ovídio, o mais alto galardão literário do país, da Associação dos Escritores Romenos.

2004 - OS EUA põem fim a 23 anos de sanções económicas e políticas à Líbia.

2005 - Morre Simon Wiesenthal, 96 anos, sobrevivente de um campo de extermínio nazi, figura determinante na captura dos dirigentes do regime de Adolf Hitler, criador do Centro Simon Wiesenthal, arquivo para a memória do Holocausto. Tinha 96 anos.

2006 - Morre, com 74 anos, Armin Jordan chefe de orquestra suíço, um dos mais destacados regentes da segunda metade do século XX.

2007 - As ilhas do Corvo e da Graciosa, nos Açores,são classificadas Reservas da Biosfera pela UNESCO.

2008 - Um camião cheio de explosivos destrói um dos maiores hotéis de Islamabad, Paquistão, e mata 60 pessoas, entre as quais o embaixador da República Checa. Um grupo desconhecido designado "Fedayin do Islão" reivindica a autoria do atentado.

2009 - Morre, com 51 anos, Yoshito Usui, autor de banda desenhada japonês, criador da série "Crayon Shin-chan".

2014 - Morre Pino Cerami, italiano naturalizado belga, o mais velho vencedor de uma etapa da Volta a França em bicicleta desde a II Guerra Mundial. Tinha 92 anos.

2017 - O ex-governador do Estado brasileiro do Rio de Janeiro Sérgio Cabral é condenado a 45 anos e dois meses de prisão por corrupção, branqueamento de capitais e organização criminosa.

- O presidente da Federação Portuguesa de Futebol (FPF), Fernando Gomes, torna-se no primeiro português a ocupar um cargo na estrutura da FIFA, ao ser nomeado pela UEFA para a comissão executiva daquele organismo de futebol.

Este é o ducentésimo sexagésimo terceiro dia do ano. Faltam 102 dias para o termo de 2024.

Pensamento do dia: *"O tempo tudo clarifica e não há estado de espírito que se mantenha inalterado com o passar das horas". Thomas Mann (1875-1955), escritor alemão.*

Centro Municipal de Cultura de Ponta Delgada

Horário das Exposições

2.ª feira a 6.ª feira:
das 9h00 às 17h00

Sábados:
das 14h00 às 17h00

TABELA DAS MARÉS



3:31 - Preia-mar
9:28 - Baixa-mar
15:48 - Preia-mar
21:57 - Baixa-mar

TEATRO MICAELENSE

CRISTINA CLARA
19.º FESTIVAL INTERNACIONAL DOS AÇORES
20 DE SETEMBRO - 21H30

COLISEU MICAELENSE

NATÁLIA É QUANDO UMA MULHER QUISER
28 DE SETEMBRO - 21H00

TÁXIS



296 38 2000
96 29 59 255
91 82 52 777

PRAÇA DE TÁXIS

296 20 50 50

TRANSFERES

919 501 266

JOGOS SANTA CASA

Euromilhões
Próximo sorteio Sexta-Feira
€ 54.000.000
Último sorteio 17/09/2024
20 30 32 41 44 + 1 10

Milhão
Próximo Sorteio Sexta-Feira
€ 1.000.000
Último Sorteio 13/09/2024
FNX 21306

Totoloto
Próximo Sorteio Sábado
€ 1.200.000
Último Sorteio 18/09/2024
5 8 10 17 23 + 7

Lotaria clássica
Próxima Extração 23/09/2024
€ 600.000
Última Extração 16/09/2024
1º PRÉMIO 40412

Lotaria popular
Próxima Extracção 19/09/2024
€ 112.500
Última Extracção 12/09/2024
1º PRÉMIO 27346

Totobola
Próximo Concurso Domingo
€ 16.000
Último Concurso 15/09/2024
112 11X 122 2212 2



Director: Américo Natalino Viveiros - **Director-adjunto:** Santos Narciso - **Sub-director:** João Paz - **Chefe de Redacção:** Jornalista Carlota Pimentel e Jornalista Nélia Câmara - **Redacção:** Jornalistas Marco Sousa, Daniela Canha, Frederico Figueiredo, Filipe Torres **Revisão:** Rui Leite Melo; **Marketing e Publicidade:** Madalena Gonçalves, Emanuel Pereira, Pedro Raposo **Paginação e Montagem:** João Sousa (Coordenação), Luís Craveiro, Miguel Sousa : **Colaboradores residentes:** João Bosco Mota Amaral, Vasco Garcia, João Carlos Abreu, António Pedro Costa, Álvaro Dâmaso, Gualter Furtado, Carlos Rezendes Cabral, Eduardo de Medeiros, Pedro Paulo Carvalho da Silva, Carlos A.C. César, Teófilo Braga, Fernando Marta, Sónia Nicolau, Alberto Ponte, Arnaldo Ourique, José Manuel Monteiro da Silva, José Maria C. S. André, António Benjamim, Mário Beja Santos, Mário Moura, Emanuel Teves, Judith Teodoro, Carmo Rodeia, Jaime Neves, José Silva, Maria do Carmo Martins, Áurea Sousa, Paulo Medeiros, Jerónimo Nunes, Armando B. Mendes, Isaura Ribeiro, Helena Melo, Osvaldo Silva, José Luís Tavares

Propriedade Gráfica Açoreana, Lda.
Contribuinte 512005915
Número de registo 100916
Conselho de Gerência - Américo Natalino Pereira Viveiros; Paulo Hugo Falcão Pereira de Viveiros; Dinis Ponte
Capital Social 473.669,97 Euros
Sócios com mais de 5% do Capital da Empresa Américo Natalino Pereira Viveiros; Octaviano Geraldo Cabral Mota; Paulo Hugo Falcão Pereira de Viveiros

Tiragem: 4.000 exemplares

Sede do editor, da redacção e da impressão:
Rua Dr. João Francisco de Sousa, n.º 16
9500-187 Ponta Delgada – S. Miguel – Açores
Contactos: **Redacção**: 296 709 882 / 296 709 883 / jornal@correiodosacores.pt; desporto@correiodosacores.pt.
Marketing e Publicidade: 296 709 889 296 709 885 pub@correiodosacores.pt
Estatuto Editorial disponível em www.correiodosacores.pt



Governo dos Açores
Esta publicação tem o apoio do PROMEDIA III - *Programa Regional de Apoio à Comunicação Social Privada*



ÚLTIMA

Correio dos Açores

20 de Setembro de 2024

Fundado em 1920

www.correiodosacores.pt

Rua Dr. João Francisco de Sousa nº 16
9500-187 Ponta Delgada - São Miguel - Açores



Mónica Seidi afirma que governo garante "maior celeridade na emissão de atestados multiusos por juntas médicas recrutando médicos externos ao SRS



Foi aprovada no Parlamento dos Açores, na semana passada, a proposta de Decreto Legislativo Regional (que vem substituir um diploma de 1999) que determina a aplicação à Região de legislação nacional que estabelece o regime de avaliação de incapacidades das pessoas com deficiência, para efeitos de acesso às medidas e benefícios previstos na lei, com as necessárias adaptações.

"Conseguir dar uma resposta célere esta questão das juntas médicas para emissão de atestado multiusos é algo que já vem com atraso, e é essencial para os nossos utentes", sublinha a Secretária Regional da Saúde e Segurança Social.

A proposta altera a composição das juntas médicas, que até ao momento permitiam apenas que os clínicos do Serviço Regional de Saúde de uma determinada unidade de saúde de ilha integrassem as equipas, sobrecarregando o trabalho dos médicos dos Cuidados de Saúde Primários.

"Não se pretende eliminar de todo esta colaboração, pretende-se sim aumentar a possibilidade de recrutar mais médicos para este efeito, e assim reduzir o tempo de espera dos nossos utentes", sustenta a governante.

Esta proposta deu entrada no Parlamento Regional com urgência, explicou a governante, "precisamente por ter havido, por parte da Direcção Regional de Saúde, a informação de que existia um elevado número de juntas médicas para avaliação de incapacidade de pessoas com deficiência em atraso", pelo que "era importante tornar o procedimento mais eficiente e ágil".

Mónica Seidi reconhece que o problema tem mais impacto nas ilhas Terceira, São Miguel e Faial, e pretende que "esta situação de recrutamento excepcional seja transitória, tal como foi no período pós-pandemia em que as listas de espera aumentaram exponencialmente."

O diploma prevê ainda que, para os casos de recursos hierárquicos, os mesmos sigam as regras que constam no código do procedimento administrativo, sendo dirigido ao órgão máximo da instituição, neste caso concreto o Presidente da respectiva Unidade de Saúde.



Bombeiros dos Açores em estado de prontidão para auxiliar colegas do Continente

O Governo dos Açores expressou ontem "a mais profunda solidariedade ao Governo da República, autarcas, entidades, e a todos os homens e mulheres que, com coragem e dedicação, estão na linha da frente a combater este flagelo" neste momento "difícil em que Portugal enfrenta devastadores incêndios, que assolam o território continental."

Nesse sentido, o Presidente do Serviço Regional de Protecção Civil e Bombeiros dos Açores (SRPCBA), Rui Andrade, contactou o Presidente da Autoridade Nacional de Emergência e Protecção Civil (ANEPC), Duarte Costa, manifestando total disponibilidade da Região no envio de recursos para reforçar o dispositivo de combate aos incêndios, apoio que até à data não foi solicitado - a Protecção Civil dos Açores mantém o seu estado de permanente prontidão.

"Neste momento, para além dos bombeiros, das forças de segurança, e de todos os agentes de Protecção Civil que, incansavelmente, enfrentam as chamas, para proteger as populações e os seus bens, o pensamento da Região está com os familiares e amigos daqueles que perderam a vida..."





